

సంధ్యా పబ్లికేషన్స్

of the Registrar

Phone No.

12

శ్రీ సత్యనారాయణ ప్రెస్

శ్రీ సత్యనారాయణ ప్రెస్

H.No. 1-35-39, మల్లాదివారి వీధి,

నాజర్ పేట, తెనాలి-522 40



Phone No. : 08644-23037.



శ్రీ సత్యనారాయణ ప్రెస్

అగ్నికులక్షత్రయులవారివీధి-II, గంగానమ్మపేట, టే నాలి-1.

200 No 2005  
**SANDHYAA**

**VANDANAM**

By : Dr. Satyanarayana S. Chanti

ముద్రణ :  
ఏప్రిల్, 1995.

Edition :  
April, 1995.

అన్ని హక్కులు :  
జనప్రియ పబ్లికేషన్స్,  
తెనాలి-వారివి.

All rights reserved by :  
Janapriya  
Publications-Tenali.

వెల :  
రూ॥ 5-00.

Price :  
Rs. 15-00.

ముఖ చిత్రము :  
వి. ఎస్. ప్రకాష్,  
విజయవాడ-8.

Cover Design :  
V.S. Prakash,  
Vijayawada-8.

ముద్రణ :  
పవన్ ప్రింటర్స్, తెనాలి-1.

Printed at :  
Pavan Printers, Tenali-1.

ముఖచిత్ర, ముద్రణ :  
శక్తి ప్రొసెస్,  
మద్రాస్-21.

Cover Printers :  
Sakthi Process,  
Madras-21.

ప్రతులకు :

For Copies :

Janapriya Publications,  
Agnikula Kshatriyula vari Street-II,  
Ganganamma Pet, TENALI-525 21.

# విషయ సూచిక

విషయము :	పేజీ :	విషయము :	పేజీ :
మొందుమాట		5 భస్మధారణ మాహాత్మ్యము	36
నిత్యస్నాన విధి		‘భస్మ’ తయారీ విధానము	41
గంగా ధ్యానము		9 పాగుపత వ్రతవిధి	44
మధ్యాహ్న, సాయంకాల		భస్మధారణ విధి	45
మంత్రాచమనం: పఠన మంత్రములు	13	భస్మ పరహోష్ట్యము	48
దేవతర్పణమ్		14 ధారతాంగ దేవతలు	53
ఋషితర్పణమ్, పితృతర్పణమ్		15 భస్మధారణ మంత్రములు: త్ర్యంబక	
సంధ్యా వందనమ్		మంత్రం, (పంచబ్రహ్మ మంత్ర	
కరీరకుడ్డి		17 ములు) 1 నవోజ్జాత, 2 వాహ	
ఘాతోచ్ఛాటన, ప్రాచాయామము		18 దేవ, 3 అఘోర మంత్రాలు	56
ప్రథమార్ఘనము, మంత్రాచమనమ్		20 4 తత్పరుష, 5 భూకాన	
ద్వితీయ మార్ఘనమ్		21 మంత్రాలు	57
పాప విమోచనమ్		22 బ్రహ్మగౌరీలహ, ఎల్ల దాదల	
లఘు సంకల్పమ్, ప్రాతః,		ముఖ్యము:	
మధ్యాహ్నార్ఘ్యమంత్రం		23 దుద్రాక్షధారణ మహిమ	
సాయంకాలార్ఘ్యమంత్రమ్, సజల		దుద్రాక్షోత్పత్తి	62
ప్రదక్షిణమ్, సంధ్యాంగ తర్పణం		24 దుద్రాక్ష వృక్ష భేదములు	64
జల సంకల్పం, కరన్యాసము		26 దుద్రాక్షల విరోష విపరణ	65
ధ్యానమ్		27 దుద్రాక్షల రోగాగ్ని రోగగ్నితలు	67
చతుర్వింశతి ముద్రలు		28 దుద్రాక్షముఖ భేదములు-దేవతలు	70
అష్టముద్రలు		29 దుద్రాక్షమాలా లక్షణము	76
ప్రాతఃకాల సూర్యోపస్థానము		30 యజ్ఞోపవీతధారణ విధి	82
మధ్యాహ్న, సాయంకాల		గురుధ్యానమ్	85
సూర్యోపస్థానము		31 సూర్య నమస్కారములు	
తీగ్రేవతా నమస్కారములు		32 సూర్యమంత్రం, అర్ఘ్యం	86
ముని, సంధ్యా దేవతా		33 ఆచార ముఖ్యాంశముల	
నమస్కారము		34 వివరణ	87-100
గాయత్రీ ఉచ్ఛాసన		35 దశవిధ స్నానములు	91
అభివాదము			

# గృహవాస్తు శుభ దిన

వాస్తు రోజు మహారాశ్రమం వెల : 2-00

“ఇంటిదొంగలు వచ్చినట్లుగా” అంటారు. ఇంటిని సుదృఢపరచుట  
విధానములను పాటించుట :

ఇంటిని గృహం చేయుట, ఇంటిని సుదృఢపరచుట, ఇంటిని  
శుభముగా చేయుట వంటివి గ్రంథములు!

~~వాస్తు శుభ దినములు, వాస్తు శుభ దినములు, వాస్తు శుభ దినములు, వాస్తు శుభ దినములు, వాస్తు శుభ దినములు~~

# గృహవాస్తు సారము

వాస్తు సూత్రాలు వెల : 11-00

ప్రధాన నిషేధ వివరాలు, వాస్తుశాస్త్ర ప్రధానాలుగల విజ్ఞానములను  
వాస్తుశాస్త్రము వాస్తుశాస్త్రము వాస్తుశాస్త్రము వాస్తుశాస్త్రము వాస్తుశాస్త్రము

# స్తోత్ర రత్నములు

వెల : 9-00

సర్వకార్యములందును విజయమును సాధించుటకు వాస్తు శాస్త్రము  
సర్వకార్యములందును విజయమును సాధించుటకు వాస్తు శాస్త్రము

~~వాస్తు శాస్త్రము, వాస్తు శాస్త్రము, వాస్తు శాస్త్రము, వాస్తు శాస్త్రము, వాస్తు శాస్త్రము~~

# వాస్తు యంత్రరత్నము

వెల : 16-00

స్తంభములు, గృహములు, వ్యాపార సంస్థలు మొదలై “వాస్తు శాస్త్రము”  
పోషకులను నివారించుటకు- మత్స్య, మత్స్యముగా గల సమగ్ర వివరములు  
ముల చిత్రములు, వాటి ఉపయోగములు మొదలై “వాస్తు శాస్త్రము” ప్రతిష్ఠ,  
ప్రతిష్ఠ, కళానాన విధులను సమగ్రంగా తెలుపుచేయు విజ్ఞాన యంత్ర  
గ్రంథము!

పైవాటిలో- రావలసిన పుస్తకాల బిరుదును “జనప్రియ పబ్లికేషన్స్,  
తెనాలి-522 201”కి M.O. ద్వారా పంపగలరు.



ఓమ్

## ముందుమాట

శ్లో॥ వేదోదితం స్వకం కర్మ నిత్యంకుర్యా దతంద్రికః॥

తద్ది కుర్వన్ యథాశక్తి ప్రాప్నోతి పరమాంగతిమ్॥

ఈ ధరతఖండము- కర్మభూమి ! భారతీయులు- కర్మసిద్ధాంత వర్తనులు !! సకలసములగు వైదిక కర్మలు- వీరి జీవనవిధానములందు కలసిపోయి, భారతీయులు వైదికులుగా భ్యాతిగాంచినారు. కాలగమనమునందు విడిచి కొన్ని సాంఘిక పరిణామములవల్ల - కొన్ని కొన్ని పాతములందు వైదిక మత సిద్ధాంతము....తత్కర్మాచరణలు లోపించి, క్షీణి చినప్పటికి అమృతమగు వేదాచారములు పునః ప్రదీపితములగుచు- కర్మ సిద్ధాంతము, వైదిక కర్మాచరణములు సర్వకాలములందు ఆచరించబడుచునే యున్నవి. ఇట్టి వేదోదిత కర్మలను- ఇంద్రియ నిగ్రహము కల్గి ప్రతిదీక్షనకు ఆచరించుట వలన- ఆత్మజ్ఞానముచే పరిశుద్ధులై, జనులు ఉత్తమ గతుల నందగలరని వ్యాసాది మహర్షులు దెల్పియున్నారు.

శ్లో॥ సంఖ్యా స్నానం జపో హోమో దేవతానాంచ పూజనం॥

ఆతిథ్యం వైశ్యదేవం చ షట్కర్మాణి దినే దినే॥

పరాశరస్మృతియందు- ప్రతివారికి నిత్యము ఆచరించవలసిన ముఖ్య కర్మలు ఆరుగా దెలుపబడినవి. ఇందు : 1) సంఖ్యావస్తనము, 2) స్నానము 3) జపము, 4) హోమము, 5) దైవపూజ దేవతార్చన, 6) ఆతిథ్యము (వైశ్యదేవము) అనునవి ముఖ్యమగు షట్కర్మలు ! స్నానము ద్వారా శరీరశుద్ధి చేకూరుటయేగాక, స్నానాంగమగు- దేవఋషి, పితృ తర్పణముల వలన- దేవతలు, ఋషులు, పితృదేవతలు తృప్తి పందగలరు. 'సన్ధ్యావస్తవ' మను కర్మ- దివరాత్రులయొక్క సందులందు ప్రత్యక్ష పరమాత్మయగు- సూర్యుని ఉద్దేశించి ఆచరింపబడునది. యందు సవితాత్మకమగు- గాయత్రీ, సావిత్రీ, సరస్వతీ యవబడు శక్తులు ఉపాశించబడినవారై -సన్ధ్యావస్తవ మాచరించువారికి ....ఓజస్సు, బలము, తేజస్సు ఆత్మశక్తి, ఆయురారోగ్యములను

ప్రసాదించగలరు. మరియు ఈ కర్మాంగమును అర్హ్య ప్రదానము వలన- సూర్యగమనము నడ్డగించు, ముదేహారులను- రాక్షసులు పారద్రోలబడి; సూర్యగమనము- నిరాట కమగుటవలన.... సూర్యానుగ్రహముకల్గి, కర్మిస్తు లగు వారు- బ్రహ్మపర్వస్సును పొందగలరు.

“జప”మన నది- శుశ్కరణ త్వమును ప్రతిపాదించుచు, జితేంద్రియులై, అత్కసాక్షాత్కారమునందుట జుద్దేశింపబడిన కర్మ! సన్న్యాజును- ‘గ్రాయత్రీ జపము’న కంటే ఈ జపము ఖిన్నమైనది. వైదిక, లౌకిక, తాంత్రిక భేదము లతో నలరాట నీ జపములందు- వేదప్రోక్తములగు- వైదిక మంత్ర జప ములే- ప్రళస్తములై జప!! ‘హోమ’మనగా- నిత్యము జరుపదగిన- బాహనన కార్యము (అహితాగ్ని నిర్వహణ)! దీనిని జరుపుచుండుటవలన పరమాత్మయందు, బ్రహ్మజ్ఞానము నందు శ్రద్ధ; మేధాశక్తి, అఖండకీర్తి, శ్రజ్ఞ, విద్య, బలము, తేజము, ధనము, అరోగ్యము, ఆయుష్యము ప్రాప్తించగలవు.

దేవతార్చన (దైవపూజ): రల్లి, తండ్రి, గురువు- నీరు ప్రత్యక్ష దైవ స్వరూపులు! కావున- బానిని దేవతా భావముచే- గౌరవించి, తగిన విధముగా పూజించుట; మరియు... నిర్గుణ పరబ్రహ్మ తత్త్వావ్యాప్తి సాధనగా- దైవాలశరణములగు దేవతా ప్రతిరూపములను- నిత్యము పోడశోపచారములచే వర్చిండుట; అతిథ్య, వైశ్య దేవకర్మలు- గృహస్తులకు అవశ్యాచరణీయములు! భోజనాత్పూర్వము- విహిత పాకముచే- వేదోక్త మార్గముగా- ‘భూతబలుల’ నిచ్చుట పె శ్చవేనములు! తదుపరి అతిథికై వేచి చూచి, ప్రయత్నపూర్వకముగా- అతిథిని పూజించి, శక్తికొలది భోజనమిడుట...., అతిథ్యము! ఈ ఆరుకర్మలు- త్రినిత్యము జరుపువారు ఆరోక్తికి నడునరించి, ఇహపర సుఖము లందగలరు.

“జ్ఞాత్వాకర్మాణికుర్వీత”యని దెల్పుటచే-కర్మ యొక్క....స్వరూప, స్థావములను; ఆచరణ విధులను తెలుసుకొని- ఆ కర్మ నాచరించవలెనని దెలియుచున్నది నిత్య, వైశిత్తి, కామ్య భేదములతో- కర్మలుకూడా ముత్తెరంగులుగా నున్నవి. స్నాన, సంధ్యావందనాది- కర్మాష్టకములు;

నిత్యకర్మలు, అగ్నిష్టోమాది క్రతువులు, వివిధ పరంకాలములకు సంబంధించిన కర్మలు, నైమిత్తిక కర్మాదుః శ్రుత దాన, మహాత్మ్యవము తాదీ గలవి కామ్యకర్మాలు- యివిగాక మనుజులకు వజ్రనారు విధములైన (4కి పరము లపి యొక సాంప్రదాయము) సంస్కార కర్మలు గలవు. ఇవి- స్మార్త పరములైః గృహదానోపనయన వివాహాది సంస్కారములను తెలియ జేయును. “ఈ కర్మలన్నియు- అరిందుకు సాధ్యమా?” యను అనుమానము కలుగవచ్చును.

శ్లో॥ అనుగంతుం సదావర్త్య కృత్స్నం యది సకల్యతే।

స్వల్ప మప్యను గంతవ్యం మాత్స్యస్థో నాకసిదతి॥

అని దెల్పుట వలన- ఋషిశ్రోక్తములగు నీవైదికకర్మల నన్నిటిని ఆచరింపలేకున్నను- తమకు వీల కలిగినంతవరకు (యథాశక్తిగా) కర్మల నాచరించవలెను. అట్లొనర్చుచున్న- కర్మమార్గమును దృఢపరచుచు, వైదిక కర్మాచరణయందు భ్రష్టులు గాక నుండగలరు.

శ్లో॥ యోయమర్థం ప్రార్థయతే యదర్థం ఘటతేఽపి చ।

అవశ్యం తదవాప్నోతి నచే చ్ఛాంతో నివర్తతే॥

కర్మాచరణయందు కర్మ కల్గినప్పుడా కర్మ నాచరించవలెను. చేయలేమేమో! యను శంకతో కర్మను సరిత్యజించుట కంటే- చేయకలిగినంతవరకు చేయుచు, కర్మను విడనాడక ప్రయత్నింపుచుండిన- కోరిన కర్మ ఫలము తప్పక సిద్ధించగలదు. కర్మలను నడలి, వైదిక భ్రష్టులగుటకు గల కారణములు నాలుగు ధములుగా నుండగలవు!

శ్లో॥ కేచి దజ్ఞానతో నష్టాః కేచిన్మష్టా ప్రమాదతః।

కేచిత్ జ్ఞానాపలేపేన కేచి నష్టైర్వి నాశితాః॥

కర్మల యొక్క విశిష్టత తెలియక- వాని నాచరించకపోవుట, కర్మల యొక్క విశిష్టత్వము నెరింగియు ఏవో కారణాని కారణములచే నాచరించక పోవుట, తెలిసే- తెలియక విధిరహితముగా చేసే- “మేము చేపితిమి”ని గర్విం

చుట, విధివిధానములు తెలియకుండా కర్మల నాచరించెడి వారివలన తెలుసుకొని చేయుట- యను ఈ నాలు విధములు నష్టభష్టత్వములను గూర్చి గలవు. కావున- కర్మ స్వరూపమును, అచరణా విధులను, వైదికమార్గ యుక్తములగు వానిని పెద్దలద్వారా తెలుసుకొని యథాశక్తి నాచరించిన- ఇహ-పర సుఖములు నిస్సంశయముగా ప్రాప్తించగలవు.

ఈ గ్రంథమునందు- విశ్వోపయుక్తములు....స్నానవిధి, నాభ్యాభిషేచన క్రమము; ఊర్ధ్వపుండ్ర, త్రిపుండ్ర ధారణా భేదములు; భస్మధారణా మాహాత్యము, ధారణా విధానము; రుద్రాక్ష హహిమ, రుద్రాక్షల యొక్క వివిధ భేదములు, ఏకమఖనూదీ చతుర్దశ ముఖాంతము రుద్రాక్షల యొక్క ప్రభావము, ధారణావిధి; యజ్ఞోపవీత స్వరూపము, దానిని ధరించు విధానము; ఈ విధానములకు సంబంధించిన- విధి నియమములు- వ్యాఖ్య బోధకములగు- పురాణ, ధర్మశాస్త్రాదీ గ్రంథముల ఆధారముగా- సర్వజనులకు అర్థమగు రీతిలో సమకూర్చబడినవి. కొన్ని సందర్భములలో- అఖ్యమగు మంత్రములుకూడా దెలుపబడినవి. సంధ్యావస్తనాదుల యందు కృష్ణ యజుర్వేద మంత్రములు గ్రహించబడినవి. మంత్రములు- స్వర భహితములుగాన....గురుముఖముగా స్వరమును గుర్తెరింగి, ఆయా మంత్రముల గుంపయోగించుకొనవచ్చును. ఇతర నిత్య కర్మల యందలి- జప, హోమ, దేవతా పూజా గాగల విషయములు మరొక పుస్తకముగా ముద్రించుటకు సంకల్పించుటచే- ఇందు వాటిని విరమించబడినది. చిన్నదైనను మిన్నయగు విషయములుగల నీ గ్రంథము- వైదికమతావలంబకులు, కర్మాచరణాభిలాషుల తత్కంతోపయుక్తము కాగలదనియు, పాఠకులు దీనిని సమాదరించగలరనియు విశ్వసింపుచు.... ఈ పుస్తక ప్రచురణకు ఉద్యుక్తులైన- “జిప్రీడు పబ్లికేషన్స్ తెనాలి 522 201” వారు పాఠకుల కవసరమగు- యితర వైదిక గ్రంథములు కూడా త్వరలో ప్రచురించగలరని అభిప్రాయము.... నెలవు గైకొనే..... మీ.....

తెనాలి

రచయిత

25-12-'92

ఎమ్. సత్యనారాయణ సిద్ధాన్తి



ఓమ్

## నిత్య స్నానవిధి

శ్లో॥ ఉత్తమంతు నదీ స్నానం తటాకి మధ్యమం స్మృతం।  
కూపేస్నానంతు సామాన్యం ఖాండస్నానం వృథా భవేత్॥

శ్లో॥ నదీషు దేవ ఖాతేషు ప్రాత స్నాన్యాద్ధినే దినే।  
తదఖావే తటాకేచ కూపేవా స్నానమాచరేత్॥

ప్రతిదినము ప్రాతః కాలమునందు శుద్ధ జలములందు స్నానమాచరించవలెను. నదులయందు, దేవతలచే నిర్మించ బడిన పుణ్యతీర్థములందు, నిరంతర ప్రవాహముగల ఇతర జలములందు అనుదినము స్నానమాచరించుట ఉత్తమవిధి. ఉత్తమనదీ. హ్రద ప్రవాహములు అందుబాటులో లేనప్పుడు చెరువులు, బావులలోని జలములయందు స్నానమొనర్చ వలెను. ఖాండములందు పట్టి యుంచిన నీటిచే స్నానమొనర్చుట నిష్ఫలప్రదము. ప్రారంభంలో గంగాధ్యానము గావింపుచు నీటిలోనికి ప్రవేశించవలెను.

## గంగాధ్యానము

శ్లో॥ గంగా గంగేతియో ఐమా ద్యోజ నానాం శతైరపి।  
ముచ్యతే సర్వపాపేభ్యో విష్ణులోకం సగచ్ఛతి॥

అమృ త్కర్దూకా న్ముక్తిర్న జానే స్నానజలఫలం।  
స్వర్గారోహణ సోపానే మహా పుణ్య తరణ్ణిజే॥

విశ్వేశం మాధవం దుండిం దణ్ణపాణిం చ భైరవమ్।  
వందే కాళీం గుహాం గంగా మృవానీం మణి కర్ణికామ్॥

అతితీక్షణ మహాకాయ కల్పాంత దహినో పయః ।

భైరవాయ నమస్తుభ్య మనజ్ఞాం దాతుమర్హసి॥

త్వం రాజా శర్వ తీర్థానా న్నవమేవ జగతః పితా ।

యాచితో షష్ఠిమే తీర్థం శర్వపాపాప ను త్తయే॥

యోఽనే శర్వగతో విష్ణుశ్చిత్స్వరూపీ నిరంజనః ।

న వి వ ద్రవహపేణ గంగా మౌనాత్ర సంశయః॥

నన్దినీ నలినీ సీతా మాతినీ చ మహా పగా ।

విష్ణు పాదాబ్జ సంఘాతా గంగా త్రివధగామినీ॥

భాగీరథీ భోగవతి జాహ్నువీ త్రిదశేశ్వరీ ।

ద్వాద శైతాని నామాని యత్ర యత్ర జలాశయే॥

స్నానకాలే సరేన్నిత్యం మహాపాతక నాశనమ్॥

బౌద్ధు లోతుగల నీటియందు నిలచి, నీగను రెండుగా విడదీసి; చెవులు, ముక్కు మూనుకొని మూడు పర్యాయములు జలములందు మునిగి, పుకాణాచమనమునుజేసి, నీగను ముడి వేసుకొని, కిరిగి స్మృత్యాచమనము గావించి, ప్రాణాయామ మునుజేసి, సంకల్పమును శక్తింది విధముగా జెప్పుకొన వలెను.

శుభే శోభనే అభ్యుదయ ముహూర్తే శ్రీ మహావిష్ణో రాజ్ఞేయ ప్రవర్త మానస్య అద్య బ్రాహ్మణః, ద్వితీయ పరార్థే, శ్వేత వరాహార్చ్యే, వైవస్వత మన్వంతరే, కలియుగే, ప్రథమపాదే, జంబూద్వీపే, భరతవర్షే, భరతఖండే, మేరోర్ధ

క్షిణదిగ్భాగే శ్రీశైలస్య...ప్రదేశే...మధ్యదేశే...నదీనన్నిధౌ  
అస్మిన్ వర్తమాన వ్యవహారిక చాంద్రమాన...సంపత్సరే...  
అయనే...ఋతౌ...మాసే...పక్షే...తిథౌ...వాసరే, శుభ  
నక్షత్ర శుభయోగ శుభకరణ వివంగుణ విశేషణ విశిష్టాయాం  
శుభతిథౌ, శ్రీ పరమేశ్వర ముద్దిస్య శ్రీ పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం  
ప్రొత స్నాన మహం కరిష్యే॥

(ఊంగరపు శ్రేణితో నీరు తాకవలెను.)

ఈ క్రింది సూక్త మంత్రములు పఠించవలెను.

మం॥ హిరణ్య శృంగం వరుణం ప్రపద్యే తిర్థం మే  
దేహి యాచితంః॥ యన్మయా భుక్త మసాధూనా మ్నాథే  
భ్యశ్చ ప్రతిగ్రహః॥ యన్మే మనసా వాచా కర్మణావా  
దుషక్రృతం కృతమ్॥ తన్న ఇన్ద్రో వరుణో బృహస్పతి  
స్సవితా చ పునస్తు పునః పునః॥

(ఈ క్రింది మంత్రములు పఠింపుచు జలములు మీద చల్లుకొన  
వలెను.)

మం॥ : ఓం ఆపోహిష్ఠా మయోభువ స్తాన ఊర్ధ్వే దభాతన॥  
మహేరణాయ చక్షసే॥ యోషశ్శివ తమోరస స్తస్య  
భాజయతే హీనంః॥ ఉశతీరివ మూతరః॥ తస్మా అర్జు  
మామ వో యస్మక్షయాయ జిజ్ఞౌథ॥ ఆపోజన  
యథాచనః॥

ఓం హిరణ్య వర్ణా శుచయః పాశకా యాసు జాతః  
కశ్యపోయాన్ద్వింద్రః॥ అగ్నిన్ద్రా గర్భన్దధీరే విరూపా స్తాన  
అప శగ్ధ్ సోమనా భవన్తు॥ యా సాగ్ధ్ రాజా వరుణో యాతి

మధ్యే సత్యాన్మతే అవపశ్యన్ జనానాం మధుశ్చుత శ్శుచ  
యోయాః పావకాస్తాన ఆపశ్యగ్న్ స్యోనాభవన్తు। యాసాం  
దేవాదివి కృణ్వంతి భక్షం యా అన్తరిక్షీ బహుధాభవన్తి।  
యాః పృథివీ మ్పయస్సోన్దన్తి శుక్రా స్తాన ఆపశ్యగ్న్ స్యోనా  
భవన్తు। శివే నమా చక్షుషా పశ్యతాప శ్శివయా తను వోప  
స్సృశత త్వచమ్మే సర్వాగ్ం అగ్నిగ్ం రపుషదో హువేవో  
మయివర్చో బలమోఽవో నిధత్తత॥

ఇదమాపః ప్రరహితా వద్యం చ మలభ్యయత్।  
యచ్ఛాఖి దుద్రోహాన్మతం యచ్ఛశేపే అఖీరుణమ్। ఆపోమా  
తస్మాదేనసో విశ్వాన్ముజ్చ త్వగ్ం హసంః। నిర్మాముంచామి  
శపథాన్నిర్మా వరుణాదధి నిర్మాయమస్య షడ్భిశా త్సర్వస్మా  
ద్దేవ కిల్బిషా దుతో మనుష్య కిల్బిషాత్॥

(అవకాశమున్న యెడల ఇచ్చట పవమాన సూక్తమును పఠించ  
వలెను.)

పునః స్నానమాచరేత్॥ (తిరిగి స్నానము గావించవలెను.  
తరువాత ఈ క్రింది మంత్రములచే జలములకు నమస్కారము చేయవలెను.

ఓం నమోఽగ్నేయేఽపుమతే। నమ ఇన్ద్రాయ నమో  
వరుణాయ నిమో వారుణ్యై నమోఽద్యౌః॥

యజ్ఞోపవీతమును బొటనవ్రేలికి చుట్టి, ఆ వ్రేలితో జలములను  
ప్రదక్షిణ క్రమంలో గుండ్రంగా ముమ్మారు ద్రిప్పి, ఈ క్రింది మంత్రములు  
పఠింపుచు, ఆ నీటియందు తిరిగి స్నానము గావించవలెను.)

ఓం యదపాం కూరం యదమేధ్యం యదశాన్తం  
శదప గచ్ఛతాత్। అత్యాశనా దతిపానా ద్యచ్ఛ ఉగ్రా తృతి



గ్రహాత్ తన్నో పరుణో రాజా పాణినా హ్యవమర్శతుః।  
సోఽహ మపాపో ఐరణో నిర్ముక్తో ముత్త కిల్బిషః। నాకస్య  
పృష్ఠ మారుహ్య గచ్ఛే ద్రబ్హమా సలోకతాం। యశ్చాప్యై  
వరుణ స్సపునాత్వఘ మర్షణః॥

(ఈ క్రింది మంత్రములచే జలముల నభిమంత్రించవలెను.)

మం : ఇమమ్మే గణే యమునే సరస్వతి శుతుద్రి స్తోమగ్ం  
సఖతాపరుష్ణాయా।

అసిక్నియా మరుద్వృధే విత స్తయాఽర్జికి యే  
శృణుహ్యో సుషోమయా॥

పరన వ ం తమఃలు : ఋతశ్చ సత్యం చా భీధా త్తపసోఽ  
ధ్వజాయత తతో రాత్రి రజాయత తత స్సముద్రో ఆర్జవః।  
సముద్రా ఽర్జవాదధి సంవత్సరో అజాయత అహోరాత్రాణి  
విదధ ద్విశ్యస్య మిషతోవశీ సూర్యా చంద్రమ సౌధాతా  
యథాపూర్వ మకల్పయత్ దివం చ పృథివీ శ్చాన్తరిక్ష  
మథోసువః। య త్పృథివ్యాగ్ం రజస్వ మాన్తరిక్షే విరోదసి।  
ఇమాగ్ స్తదాపో వరుణః పునా త్వఘమర్షణః। ఏష భూతస్య  
మధ్యే భువనస్య గోప్తా ఏష పుణ్యకృతా శ్లోకా నేష మృత్యో  
ర్హిరణ్మయం। ద్యావా పృథివ్యో ర్హిరణ్మయగ్ం సగ్గ్రితగ్ం  
సువః। సన స్సువ స్సగ్ం శిశాధి॥

(ఈ క్రింది మంత్రముచే ముమ్మారు జలములను లోనికి పుచ్చు  
కొనవలెను.)

మం : ఓం అర్చనలతి తోత రహమస్మి జ్యోతిర్వలతి  
బ్రహ్మహమస్మి యోహ మస్మి బ్రహ్మహమస్మి  
అహమస్మి బ్రహ్మహమస్మి అహమేవా హమ్మాం  
జహోమి స్నాహా॥

అపమ్మ ! ప్రాణానాయమ్మ !

(స్వల్పాపమనము గావించి ప్రాణాయామము చేయవలెను.)

వివంగుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభతిథౌ శ్రీ పర  
మేశ్వర ముద్దిశ్య పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం దేవర్షి పితృ  
తర్పణాని కరిష్యే॥

(ఉదతము తావలెను. విష్ణుకు నవ్యముగా ఈ క్రింది మంత్రము  
లదే....దేవతలకు తర్పణము గావించవలెను....దేవతీర్థముగా)

**దేవతర్పణమ్ :**

1. బ్రహ్మాదయో యే దేవాః తాన్ దే వాగ్

స్తర్పయామి ।

2. భూర్దేవాగ్ స్తర్పయామి.

3. భువర్దేవాగ్ స్తర్పయామి.

4. సువర్దేవాగ్ స్తర్పయామి.

5. భూర్భువస్సు వర్దేవాగ్ స్తర్పయామి.

**ఋషి తర్పణమ్ :**

(నివీరిగా ఋషిత్వముచే వీరభక్తిగా తర్పణ గావించవలెను.)

1. కృష్ణద్వైపాయ నావయో యే ఋషయః తాన్  
ఋషీన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి।
2. భూర్ ఋషీన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి।
3. భువర్ ఋషీన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి।
4. సువర్ ఋషీన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి।
5. భూర్భువ స్సువర్ ఋషీన్ స్తర్పయామి,  
తర్పయామి॥

**పితృ తర్పణమ్ :**

(తండ్రి గతింజనవారు మాత్రం ప్రాచీన పీఠిగా పితృ తీర్థముచే త్రిరావృత్తిగా తర్పణ గావించవలెను.)

1. సోమః పితృమాన్ యమోఽగ్నిరస్వా నగ్ని  
స్వాత్తాగ్నిః తవ్యవాహనాదయో యే పితరః తాన్ పితౄన్  
స్తర్పయామి, తర్పయామి, తర్పయామి।
2. భూః పితౄన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి,  
తర్పయామి।
3. భువః పితౄన్ స్తర్పయామి, తర్పయామి,  
తర్పయామి।

4. సువః పితౄగ్ స్తర్పయామి, తర్పయామి,

తర్పయామి.

5. భూర్భు వస్సువః పితౄగ్ స్తర్పయామి,

తర్పయామి, తర్పయామి.

## ఆచమ్య :

(సవ్యముగా స్పృత్యాచమనము గావించి, ఈ క్రింది మంత్రములు చదువుచూ....దోసిలి నిండుగా నీరు గైకొని, రెండు పర్యాయములు ఒడ్డున విడువవలెను.)

శ్లో॥ యన్మయా చూషితం తోయం శారీరమల సంయుతం ।

తస్య పాప విశుద్ధ్యర్థం యజ్ఞాణం తర్పయామ్యహమ్ ॥

అసంస్కారాశ్చ యే కేచి జ్జలాశాః పితరో మమ ।

తేషా మాప్యాయనార్థాయ దీయతే నలిలం మయా ॥

(తడిసియున్న వై వస్త్రమును నాల్గు మడతలుగై. ప్రాచీనముగా నుండి....ఈ క్రింది శ్లోకమును చదివి....ఆ వస్త్రమును ఒడ్డున వింపవలెను.)

శ్లో॥ యే కే చా స్మత్కులే జాతా అపుత్రా గోత్రణోమ్మతాః ।

తే గృహ్ణాస్తు మయాదత్తం వస్త్ర నిష్పిడ నోదకమ్ ॥

(తదుపరి....ఒడ్డున కూర్చుండి, వేరొక పొడి వస్త్రముచే ఒకలు తుడుచుకొని, కుభ్రవస్త్రములు ధరించి, ఆచమన మొనర్చి తదుపరి.... భస్మధారణ గావింపవలెను.)



శ్రీ శివాయ గురవే నమః

కృష్ణ యజుర్వేదీయం....

# సంధ్యా వందనమ్

శరీర శుద్ధి :

శ్లో॥ అపవిత్రః పవిత్రోవా సర్వావస్థాం గతోఽపివా।

యః స్మరేత్ పుండరీకాక్షం స బాహుభ్యంతర శుచిః॥

పుండరీకాక్ష ! పుండరీకాక్ష ! పుండరీకాక్షాయనమః :

(అని పల్కుచు జలము శిరముపై చల్లుకొనవలెను)

ఆచమనం :

ఓం ! ఆచమ్య- ఓం కేశవాయ స్వాహా ! ఓం నారాయణాయ స్వాహా ! ఓం మాధవాయ స్వాహా ! గోవిందాయ నమః, విష్ణవే నమః, మధుసూదనాయ నమః, త్రివిక్రమాయ నమః, వామనాయ నమః, శ్రీధరాయ నమః, హృషీకేశాయ నమః, పద్మనాభాయ నమః, దామోదరాయ నమః, సంకర్షణాయ నమః, వాసుదేవాయ నమః, ప్రద్యుమ్నాయ నమః, అనిరుద్ధాయ నమః, పురుషోత్తమాయ నమః, అధోక్షజాయ నమః, నారసింహాయ నమః, అచ్యుతాయ నమః, జనార్దనాయ నమః, ఉపేంద్రాయ నమః, హరయే నమః, శ్రీకృష్ణాయ నమః, (మొదటి మూడు నామములు స్మరింపుచు...కొలది జలము మూడుమార్లు లోపలికి పుచ్చుకొని, ఆ తరువాత .. షిరిని గోవింధాది నామము లన్నియు స్మరింపవలెను.)

## భూతోచ్చాటన

ఉత్తిష్ఠంతు ! భూత పిశాచాః ! యేతే భూమిభారకాః !  
యేతే షామ విరోధేన ! బ్రహ్మకర్మ సమారభే ! ఓం భూర్భు  
వస్సువః : (అని...పల్కుచు...తను కూర్చొన్న ప్రదేశము  
నందు మరియు నలుదెసల నీళ్ళు చల్లవలెను.)

దైవీ గాయత్రీ చందః ! ప్రాణాయామే వినియోగః ॥

## ప్రాణాయామము

ఓం భూః, ఓం భువః, ఓగ్ం సువః, ఓం మహాః, ఓం  
జనః, ఓం తపః, ఓగ్ం సత్యం.

ఓం తత్స వితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య ధీమహి,

ధియోయోనః, ప్రచోదయాత్ ।

ఓ మాహో జ్యోతి రసోఽమృతం బ్రహ్మ

భూర్భువస్సువరోమ్ ॥

స్థిరమగు ఆననమునందు (పద్మాసన మాదిగాగల)  
కూర్చొని, శరీరము వంగని భంగిమలో నుండి, ఏకాగ్రతకల్గి,  
కుడి నాసికా రంధ్రమును మాత్రము మూసి, రెండవ నాసికా  
రంధ్రముద్వారా యెనిమిది సెకనుల కాలము బయటి గాలిని  
లోపలికి పీల్చి, రెండు నాసికా రంధ్రములు మూసి, పై మంత్ర  
మును మనస్సులోనే 32 సెకనుల కాలము జపించి,  
పిమ్మట . కుడి నాసికారంధ్రము ద్వారా నెమ్మదిగా 16  
సెకనుల కాలము లోపలి గాలిని బయటకు వదలవలెను. ఈ  
విధముగా...మూడు పర్యాయములు చేయుట ప్రాణాయామము

మనబడును. ప్రాణాయామమును గురించిన అనేక విషయములు మా “యోగసాధన” గ్రంథమునందు చూడగలరు.

## సంకల్పము

మమ, ఉపాత్త, దురితక్షయద్వారా, శ్రీ పరమేశ్వర ముద్దిన్య, శ్రీ పరమేశ్వర-ప్రీత్యర్థం, శుభే, శోభనే, అభ్యుదయ ముహూర్తే, శ్రీమహా విష్ణోరాజ్యేయ, ప్రవర్త మానస్య, అద్య బ్రహ్మణః, ద్వితీయ పరార్థే, శ్వేతవరాహ కల్పే, వైవస్వత మన్వంతరే, కలియుగే, ప్రథమపాదే, జంబూద్వీపే, భరతవర్షే, భరతఖండే, మేరోర్దక్షిణ దిగ్భాగే, శ్రీశైలస్య \* ఈశాన్య వాయవ్య ప్రదేశే కృష్ణా గోదావరౌ ర్మధ్యప్రదేశే, శోభనగృహే, సమస్త దేవతాబ్రాహ్మణ, హరిహర గురుచరణ సన్నిధౌ, అస్మిన్, వర్తమాన, వ్యావహారిక, చాంద్రమాన...సంవత్సరే...అయనే... ఋతే... మాసే.....పక్షే... తిథౌ.....వాసరే....శుభనక్షత్ర, శుభ యోగ, శుభకరణ, ఏవంగుణ, విశేషణ, విశిష్టాయాం, శుభ తిథౌ, శ్రీమాన్...గోత్రః.....నామధేయః... గోత్రస్య... నామధేయోహం, ప్రాతఃసంధ్యా ముపాసిష్యే॥ (ఉపాసిష్యే ఈ విధముగా స్మరించి...అనామికాంగుళితో జలమును స్పృశించవలెను.

\* ఈ గుర్తుగల చోట కృష్ణానదీ దక్షిణ తీరవాసులు... శ్రీశైలస్య ఈశాన్య ప్రదేశే అనియు, కృష్ణా గోదావరి మధ్యవాసులు...కృష్ణా గోదావరౌ ర్మధ్యప్రదేశే అనియు చెప్పుకొనవలెను. సంకల్పం చివరలో... ప్రాతఃకాలము

నందలి సంధ్యకు “ప్రప్తాతః సంధ్యా ముపాసిష్యే” అనియు, మధ్యాహ్నకాలమునందు... “మాధ్యాహ్నక సంధ్యా ముపాసిష్యే” అనియు, సాయంకాలమునందు... “సాయంసంధ్యా ముపాసిష్యే” అనియు చెప్పుకొనవలెను.

### ప్రథమార్జనము :

మంత్రం : ఓం ఆపోహిష్ఠామయో భువంః। తానడిర్జై ధధా  
తన। మహేరణాయ చక్షసే। యోవశ్శివ తమోరనః।  
తస్య భాజయతే హనః। ఉశతీరిన మాతరః। తస్మా  
అరణ్ణ మామకః। యసక్షయాయ జిన్వథ। ఆపోజన  
యథాచనః।

(ఈ మంత్రములు పల్కుచు....కుద్ధ జలములను శిరముపై చల్లు  
కొనవలెను.)

### మన్తాచమనమ్

సూర్యశ్చ, మామన్మశ్చ, మన్మపతయశ్చ, మన్మ  
కుతేభ్యః, పాపేభ్యో రక్షంతామ్। యద్రాత్ర్యా పాపమకార్షం।  
మనసా వాచా హస్తాభ్యాం। పద్భ్యా ముదరేణ శిల్భాః। (శ్లో)  
రాత్రి న్నదవలుమ్పతు। యత్కింశ్చ దురితంమయి। ఇదే  
మహం మా మమృతయోనౌ। సూర్యే జ్యోతిషి జుహోమి  
స్వాహా॥

(ప్రప్తాతః సంధ్యయందు ఈ మంత్రమును పఠింపుచు....ఒక్క  
మారు ఆచమనమువలె జలములు చొనికి పుచ్చుకొనవలెను.)



## మధ్యాహ్న కాల మన్తాచమనమ్

ఆవః పునస్తు పృథివీపూతా పునాతుమాం।

పునస్తు బ్రహ్మణస్పతి ర్భ్రహ్మ పూతా పునాతుమాం।

యచుచ్చిష్ట మభోజ్యం యద్వా దుశ్చరితం మమ।

సర్వం పునస్తుమా మాప్నోఽ సతాశ్చ ప్రతిగ్రహగ్

స్వాహా॥

(పై విధముగానే జలములు పుచ్చుకోవలెను.)

## సాయంకాల మన్తాచమనం

అగ్నిశ్చ మా మన్మశ్చ మన్మపతయశ్చ మన్మకుతేభ్యః।

పాపేభ్యో ర్తతస్తామ్।

యదహ్న పాపి మకార్షం। మనసా వాచా హస్తాభ్యాం।

పద్భ్యా ముదరేణ శిక్ణాచ్ఛ।

అహస్తదనలుంపతు। యత్కించ దురితం మయి। ఇదమహం

మా మమృత యోనౌ।

సత్యే జ్యోతిషి జుహోమి స్వాహా॥ (పై విధముగా జలములు పుచ్చుకోవలెను.)

## ఆ చమ్య

(ఆచమనము చేయవలెను) ఓం కేశవాయ స్వాహా...

హరయే నమః... శ్రీకృష్ణాయ నమః॥

## ద్వితీయ మార్జనమ్

దధి క్రావణ్యో అకారిషం। జిష్ణో రశ్వశ్వ వాజినః।

సురభినో ముఖాకరత్ప్రణ ఆయాగ్ంషి తారిషత్॥

ఓం ఆపోహిష్ఠామయో భువః। తాన ఊర్జై దధాతన।  
మహేరణాయ చక్షసే। యోవ శ్శివ తమోరసః। తస్య భాజ  
యతే హనః। ఉశ తీరివ మాతరః। తస్మా అరణ్ణ మామతః।  
యస్య క్షయాయజిన్వథ। ఆపోజన యథాచనః॥

హిరణ్యవర్ణా శ్శుచయః పావకా యా నుజాతః తశ్శ్రపో  
యాన్విన్ద్రః। అగ్నిం యా గర్భ స్థిరే విరూపా స్తాన ఆప  
శ్శగ్గ్ సోమనా భవన్తు। యాసాగ్గ్ రాజా వరుణో యాతిమధ్యే  
సత్మాన్మతే అవప్తశ్యం జనానాం। మధు శ్శుతశ్శుచయోయాః  
పానకాస్తాన ఆపశగ్గ్ సోమనా భవన్తు। యాసాం దేవా దివి  
కృణ్వంతి భక్షయా అంతరిక్షే బహుధా భవన్తు। యాః పృథివీం  
పయసోన్దన్తి శుక్రాస్తాన ఆపశగ్గ్ సోమనాభవన్తు। శివేసమూ  
చక్షుసా పశ్యతాపశ్శివయా తను వోపస్వ్పశత త్వచమ్మే।  
సర్వాగ్గ్ అగ్నిగ్గ్ రపుష్పదో హుకేవోమయి పరోచ్ఛ బల  
మోజో నిధత్త॥

(ఈ మంత్రములు పల్కుచు జలములు శిరముపై చల్లుకొనవలెను.)

### పా ప వి మో చ న మ్

ద్రుపదా దివ ముచ్చమ। ద్రుపదా దివో న్ముముచ్చాః।  
స్విన్న సన్నత్త్వి మలాదివ। పూతం పవిత్రేణే వాజ్ఞం  
ఆపశ్శున్దన్తుమేనసః॥

(చేతితో నీటిని గ్రహించి, పై మంత్రమును పల్కుచు....వాసన  
చూచి, పశ్యేములో వదలివేసి; చేయి కడుగుకొనవలెను.

ఆచమ్య : (ఆచమనము చేయవలెను) ఓం కేశవాయ  
స్వాహా...ఓం శ్రీ కృష్ణాయ నమః

ప్రపాణానాయమ్య ! (మూడు పర్యాయములు ప్రపాణా  
యామము చేయవలెను.)

## అ ఘ్న స ం క ల్ప మ్

పూర్వోర్త ఏవంగుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభతిథౌ  
మమోపాత్త దురి తక్షయద్వారా శ్రీ పరమేశ్వర ముద్ధిస్త్య  
శ్రీ పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం ప్రాతస్సంధ్యాంగ యథా కాలో  
చిత అర్ఘ్యప్రదానం కరిష్యే॥ (నీళ్ళు తాకవలెను.)

దోసిలి నిండుగా నీరు గైకొని...సూర్యాభిముఖముగా  
లేచి...నిలబడి, ఈ క్రింది మంత్రములు పఠించి, ఆ సీరు  
పరమేశ్వర ప్రీతిగా...పశ్చిమునందు వదలవలెను. ఈ విధ  
ముగా మూడు అర్ఘ్యములు ఇవ్వవలెను. (పాయశ్చిత్తము  
కాలాతి త్రమణమునందు) మరొక అర్ఘ్యము అధికముగా  
వదలవలెను. సంధ్యావందన కర్మయందు అర్ఘ్యప్రదానము  
చాల ముఖ్యమైనది.

## సాతః కాలార్ఘ్య మం త్రం

ఓం భూః, భువహ, ఓగ్ం నుపః, ఓం మహాః, ఓం  
జనః, ఓం తపః, ఓగ్ం సత్యం॥ ఓం తత్స వితుర్వరేణ్యం  
భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్॥ ఓ మాహో  
ఙ్మోతీ రసోఽమృతం బ్రహ్మ భూర్భువస్సువరోమ్॥

## మధ్యాహ్నార్ఘ్య మం త్రం

ఓం హగ్ం సశుచిష ద్వసురన్త రిక్ష సద్ధోతావే దిష

దతి ధిర్దురోణసత్ । నృషద్వ రసదృత సద్వోష్టి మనదట్టా  
గోజా ఋతజా అవిజా ఋత మృహత్ ॥

ఓం భూర్భువస్సువః॥ ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గో  
దేవస్య ధీమహి ధియో యోనః ప్రచోదయాత్ ॥

**సాయంకాలార్చన మస్త్రం**

ఓం భూః ఓం భువః ఓగ్ం సువః, ఓం మహాః, ఓం  
జనః, ఓం తపః, ఓగ్ం సత్యం, ఓం తత్స వితుర్వరేణ్యం  
భర్గోదేవస్య ధీమహి ధియోయోనః ప్రచోదయాత్ । ఓ మాషో  
జ్యోతి రసోఽ మృతం బ్రహ్మ భూర్భువస్సువరోమ్ ॥

**సజల పదక్షిణమ్**

(చేతితో నీరు గైకొని, క్రింది మంత్రము పఠించి, చివరలో ఒక  
ప్రదక్షిణము చేసి, ఆ నీటిని....తన శిరము చుట్టూ ప్రదక్షిణముగా  
త్రిప్లిః పశ్యేరమునందు విడువవలెను.)

ఓం ఉద్యంత మస్త్రం యస్త్ర మాదిత్య మభిధ్యాయ  
స్కుర్వ న్నాస్రిహ్మణో విద్వాన్ త్సకలం భద్రమశ్నుతేఽ  
సావాదితో బ్రహ్మేతి బ్రహ్మైవస స్ప్రిహ్మియేతి య ఏవం  
వేదః । ఆసావాదితో బ్రహ్మ ॥

ఆచమ్య ! (ఆచమనము చేయవలెను.) ఓం కేశవాయ  
స్వాహా...శ్రీ కృష్ణాయనమః॥

**సంఖ్యంగ తర్పణం**

ఈ క్రింది మంత్రములు పల్కుచు...అరచేతి ప్రవేశ్య  
పేద గా "తర్పయామి" అని నీటిని పశ్యేములో వదలవలెను.)





స్వగోత్రీ గాయత్రీ చతుర్విగ్ం శత్యక్షరా త్రిపదా షయ్యుక్షీః,  
పంచశీర్షోప నయనే వినియోగః॥

ఆచమ్య ! (ఆచమనము చేయవలెను.) ఓం కేశవాయ  
స్వాహా...శ్రీకృష్ణాయ నమః

జ ప స ం క ల్ప ం

పూర్వోక్త ఏవంగుణ విశేషణ విశిష్టాయాం శుభతిథౌ  
మమోపాత్త దురితక్షయద్వారా శ్రీ పరమేశ్వర ముద్దినస్త్ర  
శ్రీ పరమేశ్వర ప్రీత్యర్థం సన్ధ్యాంగ యథాశక్తి గాయత్రీ  
మహామన్త జపం కరిష్యే॥ (అని నీళ్ళు తాకవలెను.) అటు  
పిమ్మట...ఈ దిగువ విధముగా అంగన్యాస, కరన్యాసములు  
గావించవలెను.

### క ర న్యా స ము

1. ఓం తత్సవితుః బ్రహ్మాత్మనే అంగుష్ఠాభ్యాం నమః  
(రెండు హస్తము లందలి బొటనప్రేళ్ళను చూపుడు  
ప్రేలితో స్పృశించవలెను.)
2. ఓం వరేణ్యం విష్ణ్వాత్మనే మధ్యమాభ్యాం నమః।  
(చూపుడు ప్రేళ్ళను బొటనప్రేళ్ళతో స్పృశించ  
వలెను.)
3. ఓం భర్గోదేవస్య రుద్రాత్మనే శిఖాయైవషట్।  
(మధ్యప్రేళ్ళను బొటనప్రేలితో స్పృశించవలెను.)
4. ఓం ధీమహి సత్యాత్మనే కవచాయహుం।

(ఎడమచేతితో కుడి భుజమును, కుడిచేతితో యెడమ భుజమును ఒకమారు తాకవలెను.)

5. ఓం థియోయోనః జ్ఞానాత్మనే నేత్రత్రయాయ వాషట్! (కుడిచేతి ప్రేళ్ళతో నేత్ర భ్రామధ్యమును తాకి, చేతిని ప్రదక్షిణ క్రమంలో శిరముచుట్టూ త్రిప్పి, యెడమ అరచేతిలో కొట్టవలెను.)

6. ఓం ప్రచోదయాత్ సర్వాత్మనే అస్త్రాయఘట్! (కుడిచేతిని ప్రదక్షిణ క్రమంలో శిరముచుట్టూ త్రిప్పి, యెడమ అరచేతిలో కొట్టవలెను.)

ఓం భూర్భువస్సువరోమితి దిగ్బంధః॥

(అరచేతులను యెదురెదురుగా నుంచి; మధ్యప్రేళ్ళు మెలిక వేయవలెను.)

## ధ్యానమ్

శ్లో॥ ముక్తావిద్రుమ హేమనీల ధవళచ్ఛాయై ర్ముఖైః ప్రేక్షణైః ।

ర్ముక్తామిందుని బద్ధ రత్న మకుటాం తత్త్వార్థ వర్ణాత్మికాం ।

గాయత్రీం వరదా భయా జ్ఞశ కళా శ్శుభ్రం జ్ఞ పాలం జ్ఞదాం ।

శక్తి జ్ఞాత్ర మదారవిన్ద యుగళం హృదై ర్మహాత్మైః శ్శుభ్రైః ॥

## చతుర్వింశతి ముద్రలు

శ్లో॥ సుముఖం సంపుటంచైవ వితతం విస్తృతం తథా ।

ద్విముఖం త్రిముఖంచైవ చతుః పంచముఖం తథా ।

షణ్ముఖోఽథో ముఖం చైవ వ్యాపకాజ్ఞా లిరం తథా ।

శకటం యమపాశంచ గ్రథితం సముఖోన్ముఖం ।

ప్రలంఝం ముష్టికం చైవ మత్స్యః కూర్మో

వరాహాదయః ॥

సింహాక్రాంతం మహాక్రాంతం ముద్గరం పల్లవం తథా ।

చతుర్వింశతి ముద్రావై గాయత్రీ నిష్పలా భవత్ ॥

శ్లో॥ యోదేవ స్సవితా స్మాకం థియో ధర్మాదిగోచరాః ।

ప్రేరయేత్తస్య యద్మర్గస్త ద్వరేణ్య ముపాస్మహే ॥

గాయత్రీ ముద్రలు గురువుద్వారా అభ్యసించి, జప ప్రారంభంలో 24 ముద్రలు, చివరలో 8 ముద్రలు ప్రవేశపెట్టించవలెను. సంధ్యావందనమునందు గాయత్రీ మంత్రము ప్రతిదినము 108 పర్యాయములు జపించదగియున్నది. ప్రాతఃకాలమునందు... సూర్యాభిముఖముగా నిలబడి జపించవలెను. మధ్యాహ్నం, సాయంకాలములందు మాత్రము... కూర్చొని జపించవలయును. సంధ్యాంజ్ఞ గాయత్రీ మంత్ర జపమును కరమాలతో జపించుట శాస్త్రీయము. అనామికా మధ్యమపర్వము మొదలుకొని, తర్జనీ మొదటి పర్వమువరకు గల పది పర్వములతో కూడినది కరమాల. కుడిచేతిపై వస్త్రము కప్పి; మంత్రమును జపించవలెను.

గాయత్రీ మంత్రము : ఓం భూర్భువస్సువః

ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం

భర్గోదేవస్య ధీమహి

ధియోయోనః ప్రచోదయాత్॥

ప్రతి సంధ్యయందు 108 చొప్పున గాయత్రీ జపము గావించిన తరువాత తిరిగి (28 వ పేజీలో) పూర్వము తెలుపబడిన కరన్యాస-అంగన్యాసములను గావించి...చివరతో “ఓం భూర్భువస్సు వరోమితి దిగ్విమోక్షః” అని చెప్పుకొనవలెను.

ఆష్ట ముద్రలు :

సురభి ర్జాన చక్రేచ యోనిః కూర్మోఽథ పజ్జజం॥

లిల్లం నిర్మాణ ముద్రా చేత్యష్ట ముద్రాః ప్రకీర్తితాః॥

ఓం తత్స ద్రభహ్మార్పణమస్తు ! (అని నీటిని వదలవలెను.)

ఆచమ్య ! ‘ఓం’ అని ఉచ్చరింపుచు మూడుసార్లు జలము

పుచ్చుకొనవలెను.

ద్విః పరిముజ్జ ! నీటిని అరచేతిలో పోసి, కుడి బొటనవ్రేలు

ముంచి, ఎడమనుండి కుడికి, కుడినుండి

యెడమకు పెదవులు తుడుచుకొనవలెను.

సక్మదుప స్పృశ్య ! నీటితో ఎడమ అరచేతిని, కుడి అరచేతి

తోను, కుడి అరచేతిని యెడమ అర

చేతితోను తుడుచుకొనవలెను.

యత్సవ్యం పాణిం ! నీటిని పై విధముగా అరచేతులయందు  
చల్లుకొనవలెను.

పాదం : కుడిచేతితో నీటిని కుడి, యెడమ పాదములపై చల్లు  
కొనవలెను.

ప్రోక్షతి శిరః ! కుడిచేతితో నీటిని శిరమున ప్రోక్షించుకొన  
వలెను.

చక్షుషీ ! కుడి, యెడమ నేత్రములపై జలము ప్రోక్షించుకొన  
వలెను.

నాసికే ! కుడి, యెడమ నాసికలపై జలము ప్రోక్షించుకొన  
వలెను.

శ్రోత్రే ! కుడి, యెడమ చెవులపై జలము ప్రోక్షించుకొన  
వలెను.

హృదయమాలభ్య ! హృదయముపై జలములు ప్రోక్షించు  
కొనవలెను.

(పిమ్మట లేచి, సూర్యుని కెదురుగా నిలబడి, సూర్యోప  
స్థాన మంత్రములు పఠించవలెను.)

### పాతఃకాల సూర్యోపస్థానము

ఓం మిత్రస్య చర్షణీ ధృతశ్రవో దేవస్య సానసిం ।  
సత్యం చిత్రశ్ర వస్తమం । మిత్రోజనాన్ యాతి యతి ప్రజాన  
న్మిత్రో దాధార పృథివీ ముతద్భ్యాం । మిత్రః కృష్ణీ రని  
మిషాఽభి చక్షే సత్యాయ హవ్యం ఘృత విధేమ । ప్రసమిత్ర  
మర్త్యో అస్తు ప్రయస్వో న్యస్త ఆదిత్య శిక్షతి ప్రతేన । సహ



స్మృతే నజీయతే త్వోత్వోనైన మగ్గంహో అశ్నోత్యన్తి తోన  
దూరాత్ ॥

### మధ్యాహ్న సూర్యోపస్థానము

ఓం ఆసత్యేన రజసా వర్తమానో నివేశయ న్నమృతం  
వర్త్యశ్చ॥

హిరణ్యయేన సవితారథేనాఽఽ దేవోయాతి భువనా  
విపశ్యన్ ॥

ఉద్వయన్త మనస్సరి పశ్యన్తో జ్యోతిరుత్తరం॥ దేవ  
స్థేవత్రా సూర్య మగస్మ జ్యోతిరుత్తమం॥ ఉదుత్య జ్ఞాత  
వేదనం దేవం వహన్తి కేతవః॥ దృశే విశ్వాం సూర్యమ్॥  
చిత్రం దేవానా ముదగాదసీకం చక్షుర్మిత్రస్య వరుణ  
స్యోగ్నేః ఆప్రా ద్యావా పృథివీ అస్తరిక్షగ్ం సూర్య ఆత్మా  
జగత స్తస్మషశ్చ॥ తచ్ఛ్రుణ్వ ర్దేవహిత మ్మరస్తాచ్ఛక్ర ముచ్చ  
రత్॥ పశ్యేమ శరద శ్శతంజీవేమ శరదశ్శతం నన్దామశరద  
శ్శతం మోదామ శరదశ్శతం భవామ శ్శరద శ్శతగ్ం శ్శణు  
వామ శ్శరదం శతం జోక్య సూర్యం దృశే॥ య ఉదగాన్మ  
హతోఽర్హవా ద్విభ్రాజమాన స్సరిరస్య మధ్యాస్సమా వృషభో  
తోహితాక్ష సూర్యో విపశ్చి న్మనసా పునాతు॥

### సాయంకాల సూర్యోపస్థానము

ఓం ఇమమ్మే వరుణశ్శధీ హవ మద్యాచ మృదయ॥  
త్వామవ స్యురాచకే॥ తత్త్వాయామి బ్రహ్మణా వన్దమాన  
స్తదాశాస్తే యజమానో హవిర్భిః॥ అహేదమానో వరుణేహ  
వో ధ్యురుశగ్ం సమాన ఆయుః ప్రమోషిః॥

యచ్చిద్ధితే విశోయభా ప్రదేవ వరుణప్రతం। మిసీమ  
సిద్ధ విద్యవి। యత్కిశ్చేదం వరుణదైవే జనేఽభిద్రోహ  
మృనుష్యాశ్చరామసి। అచిత్తి యత్తవ ధర్మాయయోపి  
మమానస్తస్మా దేనసో దేవరీరిషః। కితవాసో యద్రిపుర్న  
దీవి యద్వాఘా సత్యముతయన్న విద్మ। సర్వాతావిష్య  
శధిరేవదేవా థాతేస్యామ వరుణ ప్రేయాసః॥

### దిగ్దేవతా నమస్కారములు

(ఈ క్రింది మంత్రములు పఠింపును అర్చనా దిశలనుండు నమస్కరించవలెను.)

ఓం నమః ప్రాచ్యైదిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం

ప్రతివసన్తి ఏతాభ్యశ్చనమః (తూర్పు)

నమో దక్షిణాయై దిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం

ప్రతివసన్తి ఏతాభ్యశ్చనమః (దక్షిణం)

నమః పుత్యైదిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం ప్రతివసన్తి

ఏతాభ్యశ్చ నమః (పశ్చిమం)

నమ ఉద్యైదిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం ప్రతివసన్తి

ఏతాభ్యశ్చ నమః (ఉత్తరం)

నమ ఊర్ధ్వాయై దిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం ప్రతివసన్తి

ఏతాభ్యశ్చ నమః (ఆకాశం)

నమో ధర్మాయైదిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం ప్రతివసన్తి

ఏతాభ్యశ్చ నమః (భూమి)

నమోఽ వాస్తవాయై దిశే యాశ్చదేవతా ఏతస్యాం

ప్రతివసన్తి ఏతాభ్యశ్చ నమః (ప్రదక్షిణంచేస్తూ...చుట్టూ)

### ఘనులకు నమస్కారము

నమో గణా యమునయో ర్మధ్యేవసన్తి తేమే  
ప్రసన్నాత్మాన  
శ్చిర జ్ఞోవితం వర్ధయంతి నమో గణా యమునయో  
ర్ముని భృశ్చ  
నమో నమో గణా యమునయో ర్ముని భృశ్చ నమః॥

### సంధ్యాదేవతా నమస్కారము

సంధ్యాయై నమః॥ సావిత్ర్యై నమః॥ గాయత్ర్యై నమః॥  
సరస్వత్యై నమః॥ సర్వాభ్యో దేవతాభ్యో నమః॥ దేవోభ్యో  
నమః॥ ఋషిభ్యో నమః॥ మునిభ్యో నమః॥ గురుభ్యో నమః॥  
పితృభ్యో నమః॥ కామోఽకార్షీన్నమో నమః॥ మన్యుర  
కార్షీన్నమో నమః॥ పృథివ్యాపస్తేజో వాయురాకాశాత్ ।  
ఓన్నమో భగవతే వాసుదేవాయ । యాగ్ం సదా సర్వభూతాని  
చరాణి స్థావరాణిచ । సాయం ప్రాతర్నమస్యన్తి సామా  
సన్ధ్యా అభి రక్షతు॥

శ్లో॥ శివాయ విష్ణురూపాయ శివరూపాయ వీష్ణవే ।  
శివస్య హృదయం విష్ణు ర్విష్ణోశ్చ హృదయం శివం॥  
యథా శివమయో విష్ణురేవం విష్ణుమయ శ్శివః ।  
యథాఽంతరం సపశ్యామి తథామే స్వస్తి రాయుషి॥  
నమో బ్రహ్మణ్యదేవాయ గో బ్రాహ్మణ హితాయచ ।  
జగద్ధితాయ కృష్ణాయ గోవిందాయ నమో నమః॥

## గాయ: త్రి ఉద్వాసన

శ్లో॥ ఉత్తమే శిఖరే జాతే భూమ్యాం పర్వత మూర్ధని।  
బ్రాహ్మజేభ్యోఽభ్యనుజ్ఞాతా గచ్ఛదేవి యథాసుఖమ్॥  
స్తుతోమయా వరదా వేదమాతా ప్రచోదయన్తి పవనే  
ద్విజాతా।

ఆయుః పృథివ్యా స్త్రివిణం బ్రహ్మవర్చసం  
మహ్యస్తత్వా ప్రయాతు మృహ్మలోకమ్

శ్లో॥ నమోఽస్త్వనంతాయ సహస్రమూర్తయే। సహస్ర  
పాదాక్షి శిరోరు బాహవే।

సహస్రనామ్నే పురుషాయ శాశ్వతే। సహస్రకోటి  
యుగధారిణే నమః॥

ఇదం ద్యావా పృథివీ సత్తమస్తు। పితర్మాతర్యది  
హోప బృవేవాం।

భూతం దేవానా మవమే అవోభిః। విద్యామేషం  
వృజినం జీరదానమ్॥

శ్లో॥ అకాశా త్పతితం తోయం యథా గచ్ఛతి సాగరం।  
సర్వదేవ నమస్కారః కేశవం ప్రతిగచ్ఛతి॥

శ్లో॥ సర్వవేదేషు యత్పుణ్యం। సర్వతీర్థేషు యత్ఫలం।  
తత్ఫలం పురుష ఆప్నోతి స్తుత్వాదేవం జనార్దనమ్॥  
స్తుత్వాదేవం జనార్దన ఓం నమ ఇతి॥

వాసనా ద్వాసుదేవస్య। వానితస్తే జగత్రయం।  
సర్వభూత నివాసోఽసి వాసుదేవ నమోఽస్తుతే॥  
శ్రీ వాసుదేవ నమోఽస్తుతే ఓం నమ ఇతి.

## అభివాదము :

చతుస్సాగర పర్యంతం గోబ్రాహ్మణేభ్యః శుభ  
 మ్భవతు!.....ప్రవరాన్విత..... గోత్రః..... వేదశాఖా  
 ధ్యాయీ.....సూత్రః.....అహంభో అభివాదయే॥

(ఇచ్చట ప్రవర, గోత్రము, తమయొక్క వేదశాఖ, సూత్రము, పేరు  
 చెప్పుకొని; ఎడమచేతితో - కుడిచేతిని, కుడిచేతితో ఎడమ చేతిని పట్టు  
 కొని నమస్కార భావము చెందవలెను.)

## ఈశ్వరార్పణము :

శ్లో॥ కాయేన వాచా మనసేంద్రియైర్వా  
 బుద్ధాత్మనావాప్రకృతే స్వభావాత్  
 కరోమి యద్యస్సకలం పరస్మై  
 శ్రీమన్నారాయణాయేతి సమర్పయామి॥

హరిః ఓం తత్సత్ !

పితృర్వం శ్రీ పరమేశ్వరార్పణమస్తు

(నీళ్ళు వదలవలెను.)

ఓ మ్

# భస్మ ధారణ మాహాత్మ్యం

శ్లో॥ మృత్యుంజయాయ రుద్రాయః నీలకంఠాయ శంభవే।  
అమృతేశాయ శర్వాయః మహాదేవాయ తే నమః॥

“ప్రతిదినము ప్రాతఃకాలమున- స్నానము గావించిన  
పిమ్మట భస్మము అనగా విభూతిని ధరించవలెన”ని శ్రుతి,  
స్మృతులు చెప్పుచున్నవి! విభూతి ధారణమును శిరోవ్రత  
ముగా పురాణములు పేర్కొనినవి. బ్రహ్మ వర్చస్సును  
భాసింపజేయునది గావున దీనికి “భసిత” మనియు, సతల  
హాపములను భస్మము గావింపదగు శక్తి గలది గావున-  
“భస్మము” అనియు, అణిమాద్యష్ట విభూతులను ప్రసాదించు  
సామర్థ్యము గలది గావున- “విభూతి” యనియు దీనికి పేర్లు  
గలవు!! ఈ భస్మధారణమునే “త్రిపుండ్రధారణ” మని  
శాస్త్రములు చెప్పుచున్నవి.

శ్లో॥ అంతర్బహిశ్చ సంకుద్ధం శివపూజా ఫలం భవేత్।  
యద్బాహ్యమల మాత్రస్య నాశకం స్నాన మస్తితత్॥  
తన్నాశయతి తీవ్రేణ ప్రాణి బాహ్యంతరం మలమ్॥  
కృత్యాపి కోటి శో నిత్యం వారుణం స్నాన  
మాదరాత్॥



శరీరము లోపల, బైటా పవిత్రత గలవానికి శివపూజా ఫలితము కలుగగలదు. సామాన్య జలస్నానము వలన.. శరీరము పైభాగము శుద్ధి కాగలదు. భస్మధారణ, భస్మ స్నానాదుల వలన.. శరీరము లోపల, బైటా కూడ శుద్ధి కాగలదు. ప్రతిదినము కోటిమార్లు జలస్నానము చేసినను, ఒక్కమార్తె నను భస్మమును శరీరమునందు ధరించనిదే పవిత్రుడు కాజాలడు. భస్మమును ధరించుటవల్ల కలుగు మాహాత్మ్యము ఒక్క వేదమునకే తెలియును గాని మానవమాత్రులు గ్రహింపజాలరు !

శ్లో॥ భస్మస్నాన మకృత్యైవ యః కుర్యాత్ కర్మ  
వైదికమ్

సత్కర్మ కలార్థార్థ మపి నాప్నోతి వస్తుతః॥

యః కరిష్యతి యత్నేన భస్మస్నానం యథా విధి॥

భస్మస్నానము అనగా భస్మమును ఒడలంతా ధరింపక చేయు వైదిక కర్మ లేవియు సగము ఫలమును గూడ నొసంగ జాలవు. కావున ప్రతివారును ప్రయత్న పూర్వకముగ భస్మ స్నానమును చేయవలెను. బ్రాహ్మణత్వమునకు, బ్రహ్మజ్ఞానమునకు మూలమైన “గాయత్రీ జపము” భస్మధారణ మొనర్చియే చేయవలెను. భస్మధారణ గావింపక, గాయత్రీ జపము నొనర్చిన.. ఆ జపము నిష్ఫలము కాగలదు.

శ్లో॥ కేవలం వారుణం స్నానం దేహే బాహ్య మలాపహమ్!  
విభూతిస్నాన మనఘం బాహ్యంతర మలాపహమ్॥

త్రిపుండ్రం పరమం పుణ్యం బ్రహ్మ విష్ణు శివాత్మకం  
యే ఘోరా రాక్షసాః ప్రేతా యే చాన్యే

జుద్రజంతవః

త్రిపుండ్రధారణం చృష్ట్యా పలాయంతే స సంశయః

కేవలం జలస్నానము దేహముయొక్క పైభాగమున  
మాత్రమే శుద్ధి చేయగలదు. భస్మస్నానముట్లుగాక సమస్త  
పాపములను పోకార్చి, బాహ్యభ్యంతర కల్మషములనువనము  
లను అగ్ని దహించు విధముగా దహించగలడు. నిత్యము  
త్రిపుండ్ర ధారణ మొనర్చువానిని చూచినంత మాత్రముననే  
ఘోర రూపములుగల బ్రహ్మరాక్షసులు, భూతప్రేత పిశా  
చాది దుష్టగ్రహములు, వ్యాఘ్రాది సర్వ జుద్రజంతువులు  
పారిపోగలవు ! శరీర వికారములు - అనగా తుమ్ము, పగ్గు,  
ఆవలింత, ఉమ్మి, అపానవాయుల వల్ల సంక్రమించు అశుభ  
ప్రదమగు దోషములన్నియు భస్మధారణమువల్ల తొలగి  
పోగలవు. విపరీతముగా పాపకర్మము లాచరించినను అంత  
కాలమున భస్మస్నానము గావించినవారికి ఆ పాపములు  
తొలగిపోయి పవిత్రులు కాగలరు. సమస్త పాపములను  
దహించుటలో భస్మధారణము నిరంతర హరిస్మరణము  
వలెనే శక్తి కలిగియున్నది.

భస్మముయొక్క మాహాత్మ్యమును గురించి అధర్వ  
శీర్షోపనిషత్తు, జాబావి శ్రుతి, మరియు అధర్వణ వేదములు  
విపులముగా వర్ణించినవి. అనేక జన్మలయందు మానవతా  
ధర్మము నాచరించిన మనుష్యులకే, ఈ జన్మయందు భస్మ

ధారణయందు శ్రద్ధానట్లు ప్రాప్తించగలవు. విభూతి  
యనగా ఐశ్వర్యము రావున ఐశ్వర్యము కోరువారు తప్పక  
విభూతిని ధరించవలెను. భస్మముచే త్రిపుండ్రమును ఫాల  
భాగమున అడ్డముగా ధరించుట ఉత్తమము. విభూతిచే  
నొసటను మూడురేఖలు కనుకొలికిల వరకు ధరించినవారు  
తక్షణమే ఐశ్వర్యరత్నపకు పాత్రులు కాగలరు.

ప్రతినిత్యము భస్మస్నానము గావించుట, భస్మధారణ  
మొనర్చుట - మహాపుణ్యప్రదము. దీనిని పాశుపత వ్రతమని  
తెలియవలెను. ఈ వ్రతముచే - ఆయువు, బలము, ఆరోగ్యము,  
శ్రీ, పుష్టి, తుష్టి ప్రాప్తించగలవు. రక్ష - మంగళ, సంపదలు  
వృద్ధియగుటకు ఈ భస్మధారణము చాల ప్రశస్తమైనది.  
భస్మము పరమ పవిత్రమైన దగుట వలన, దానిని బహు  
జాగరూపతతో భద్రపరచుకొనవలెను. తగినవారికి దాని  
నిచ్చుట, అయోగ్య స్థానములందుంచుట, నీచాంగములచే  
తాకుట కూడదు ! ప్రయాణములు చేయునప్పుడు భస్మమును  
వెంటగొని పోవలెను. భస్మధారణాఖిలాషులకు భస్మము  
లభించనిచో, యోగ్యులగు వారిని భస్మము కొరకై యాచింప  
వచ్చును. వైదిక మతావలంబకులగువారు యోగ్యా యోగ్య  
తలు గుర్తించకుండ భస్మమును తీసికొనకూడదు. ముఖ్య  
ముగా నిందింపదగిన జాతిగలవారు, పాషండులు, కాపాలి  
కులు, తాంత్రిక కర్మావలంబకులు, భేషజులు వంటివారి వద్ద  
భస్మమును గ్రహించరాదు. శివభక్తులు, వైదికులు, వేద

విములు, నిత్యాగ్నిహోత్రరతులు, గురువులు, ధర్మోపదేశకులు, శుచిమంతులు, మహాబక్తులు, దేవీ ఉపాసకులు, బ్రహ్మజ్ఞానులు నగువారి వద్ద యాచించియైనను - భస్మమును గ్రహించి; ధరించవలెను.

భక్తితో భస్మధారణము చేయనివారి జన్మము వ్యర్థము, పండిజన్మవలె నిరర్థకము నగును. త్రిపుండ్రములు లేని కనువు శ్రమకానము వంటిదని శాస్త్రములు తెల్పుచున్నవి. భస్మము నలదని శిరము - శివాలయము లేని గ్రామము వంటిది. భస్మముచే త్రిపుండ్రములు ధరింపక అచరించు వైదిక కర్మలన్నియు నిరుపయోగములు కాగలవు. భస్మము ధరింపని వాని వేద-తపో-యాగ-దాన-ధర్మము లన్నియు వ్యర్థములు కాగలవు. భస్మధారణ చేయక ముక్తిని కోరు కొనుటయన - విషమును త్రాగి అమరత్వమును కాంక్షించుట వంటిది ! భస్మధారణ చేయనిదే ఏ కర్మ సనుష్ఠించుటకు మానవులు అర్హత లేనివారగుదురు.

మహాపాపములు, ఉపపాతకములు, ఇతరములగు అన్ని విధములైన పాపరాశులన్నియు భస్మధారణవల్ల పటా పంచలు కాగలవు ! త్రిపుండ్రములు ధరించినవాని పుణ్య ఫలము చెప్పనలవిగానిది. ఒడలనిండ భస్మము గలది. త్రిపుండ్రములు ధరించుట వేదసమ్మతము. ఇదిఅన్ని ధర్మము లకు కారణభూతమైనది. యజ్ఞములు చేయుటకు ఆచార్య, ముత్తిచ్చెల్లరు భస్మధారణ చేయుట విధియై యున్నది, త్రిపుండ్ర - భస్మధారణము వలన నకల విజ్ఞాన సంపత్తియు.

తేజము, ఓజము, బలము మున్నగునవి ప్రాప్తించగలవు. శివుడు, విష్ణువు, బ్రహ్మ, ఇంద్రుడు, హిరణ్యగర్భుడు అతని అవతారములగు వరుణాదులు, ఉమ, లక్ష్మి, సరస్వతి, దేవతలు, ఆస్తికులు, సకల స్త్రీలు, భస్మ త్రిపుండ్రములు ధరించియే వారి వారి కార్యములు నిర్వహింప కల్గుచుండిరి. మరియు యక్షులు, రాక్షసులు, సిద్ధులు, సాధ్యచారణులు, గంధర్వులు, అస్సరోగణములు, మునులు, యోగులు కూడ ఈ విభూతిని ధరించియే మహనీయులుగా ప్రసిద్ధి పహింప గల్గిరి.

శ్లో॥ శ్రాద్ధే యజ్ఞే జపే హోమే వై శ్వదేవే సురార్చనే।

ధృతి త్రిపుండ్రః పూతాత్మా మృత్యుంజయతి

మానవాః॥

శ్రాద్ధమునందు, యజ్ఞమునందు, జపమునందు, హోమమునందు, వైశ్వదేవమునందు, దేవ పూజలందు, భస్మముచే త్రిపుండ్రములు ధరించి; ఆయా కర్మల నాచరించు మానవులు నిశ్చయముగ పవిత్రులగుటయేగాక, మృత్యువును జయింపగలవారగుదురు !

భస్మమునః తయారుచేయు విధము

శ్లో॥ శాంతికం పౌష్టికం భస్మ కామదం చ త్రి ధా భవేత్॥

శాంతికము, పౌష్టికము, కామదము అని భస్మము మూడు విధములుగ దెలుపబడినవి.

ఆవుపేడ క్రిందపడకముందే పట్టుకొని, దానిని ఎండ

బెట్టి, “పంచబ్రహ్మ మంత్రముల” చేత కాల్చిన యెడల ఆ భస్మము “శాంతికము” కాగలదు. ఇట్టిది - సర్వవిషయము లందు శాంతిని కలిగించును. పై విధముగానే ఆవుపేడను గొనివచ్చి, యెండించిన పిదప “షడంగ మంత్రము”ల చేత దహించిన యెడల ఆ భస్మము “పౌష్టికము” అనబడును. ఇది సకల కార్యములకు, దేహమునకు, పుష్టి నొసంగగలదు. పై విధముగా గోమయమును గొనివచ్చి, పలుచగా - పత్రములవలె చేసి, యెండించి “ప్రాసాద మంత్రముచే” పాలాశ సమిధలతో దహించిన ఆ భస్మము “కామద” మనబడును. ఇది సమస్త కోర్కెలు తీర్చగలదు.

శ్లో॥ ప్రాత రుత్థాయ దేవర్షే భస్మవ్రత పరః శుచిః।  
గవాం గోషేషు గత్వాతు నమస్కృత్యామి గోకులమ్॥  
ప్రాసాదేన తు మంత్రేణ గృహీత్వా గోమయం

శుభం।

హృదయేనతు మంత్రేణ పిండి కృత్యతు గోమయమ్॥

రవిరశ్మి సుసంతప్తం శుచాదేశే మనోహరే।

తుషేణ వా బునైర్వాపి ప్రాసాదేనతు నిక్షిపేత్॥

అరణ్యుద్భవ మన్నింవా శ్రోత్రియాగార జంతువా।

తదగ్నే విన్యసే త్తం చ శివబీజేన మంత్రితః॥

గృహీయా దథ తత్రాగ్నికుండా భస్మ విచక్షణః।

నవపాత్రం సమాదాయ ప్రాసాదానతు నిక్షిపేత్॥

నిక్షిపేత్తత్ర పాత్రేత్సు సద్యోమంత్రేణ శుద్ధధీః॥



ప్రాతఃకాలమునందు భస్మవ్రత తత్పరుడగువాడు శుచి కల్గి, గోశాలకు బోయి, అచ్చటి గోవులకు నమస్కరించి, అనుజ్ఞను వేడి, పిదప ప్రాసాదమంత్రమును జపింపుచు, క్రిందపడకుండ గోమయమును (ఆవు పేడను) గొని తేవలెను. అటు పిమ్మట హృదయ మంత్రము జపింపుచు, ఆ గోమయమును పిసికి, పలుచని ఆకులవలె చేసి, సూర్యరశ్మిచే (ఎండలో) బాగుగా యెండించి, ఆ తరువాత పాలాశ సమిధల యందుగాని, ఊక-పొట్టు మొదలగు వాని యందుగాని, ప్రాసాద మంత్రముచే ఉంచి, ఆరణిచే జనించిన అగ్నిచేత- శివబీజ మంత్రములు జపింపుచు వాటిని దహించవలెను. బాగుగా చల్లారిన పిదప ఆ గోమయపుటాకులను జాగ్రత్తగా తీసి, పలుచని తెలుపురంగు గల క్రొత్త వస్త్రమునందుంచి, వస్త్రగాలన మొనర్చి; పవిత్రము, శుద్ధమునగు నా భస్మమును ఒక క్రొత్త పాత్రలో ప్రాసాద మంత్రస్మరణ గావింపుచు ఉంచి, భద్రపరచవలెను. తరువాత ఆ భస్మమునందు కస్తూరి, కేతకీ, పాటలీ ఉసిరాది సుగంధ ద్రవ్యములను కలిపి సద్యో జాతాది పంచబ్రహ్మ మంత్రములచే నభిమంత్రించవలెను. ఈ విధముగా తయారుచేయబడిన భస్మము మిగుల ప్రశస్త మైనది. ధారణ మాత్రమున... ఇది సకల పాపములను పోకార్చి, పవిత్రులను గావించుటయేగాక ఇష్టసిద్ధి నొసంగ గలదు. ఇట్టి విభూతిని ప్రతి ఆష్టమి, పూర్ణిమ, అమావాస్య తిథులందు ప్రాసాద మంత్రములచేతను, షడంగమంత్రముల చేతను, పంచబ్రహ్మ మంత్రములచేతను అభిమంత్రింపు

ముండిన ఎంతకాలము వరకైనను నవశక్తి సమన్వితమై,  
సర్వార్థ సాధనకరమై యుండగలదు !

### పాశు పత పత విధి

భస్మధారణమునందు పాశుపతవ్రత మాచరించుట  
అనేక జన్మల సంస్కారము వలనగాని సంప్రాప్తించదు !  
ఋక్షక్షత్రయోదశీ తిథియందు గోమయమును పూర్వము  
వలెనే గ్రహించి తెచ్చి, ముద్దగా చేసి, కుండము నందుగల  
సమీపల మధ్య ఆ ముద్దనుంచి, దీక్షితుడై హవిష్యాన్నమునే  
భుజించి, శివార్చన గావించిన పిదప విధి ప్రకారము ఆ  
కుండమునందు అగ్నిని ప్రతిష్ఠించి, తన గృహ్య సూత్రము  
సనుసరించి విరజామంత్రములతో హోమమును కావించవలెను  
పిమ్మట తత్త్వశుద్ధియగునను భావముతో తత్త్వన్యాస  
హోమము నొనర్పవలెను. మరుదినమగు చతుర్దశీ తిథియందు  
తూక పూర్వ దినమువలెనే హోమమును జరుపవలెను.  
ఆనాడు పూర్తిగా ఉపవాసం ఉండవలెను. పూర్ణిమనాడు ఉద  
యముననే లేచి, నిత్యకర్మలు నిర్వర్తించుకొని, పంచాక్షరీ  
మంత్రముతో నేయి, సమీపలు (చరువు) పదివేల పర్యాయ  
ములు హవన మొనర్పవలెను. పిమ్మట పూర్ణాహుతి గావించి,  
రుద్రాగ్నిని విసర్జన మొనర్చి, సాంగసీతలముగ అందలి  
హోమగోమయ భస్మములను గ్రహించవలెను. తరువాత  
జడలు చాల్చిగాని, ముండిగాగాని, రాగద్వేషరహితుడై  
దిగంబరుడుగాగాని, లేక కాషాయ వస్త్రములు ధరించిగాని  
మొలత్రాడు, కుండము ధరించి, పాదప్రక్షళన చేసి, రెండు

పర్యాయములు ఆచమనము గావించి “అగ్నిరితి” అను అభర్షణ మంత్రములు ఆరు చదివి, తూర్పు ముఖముగా నుండి తలనుండి పాదముల వరకు ఆ విరజాగ్ని భస్మమును పూసుకొనవలెను. అటు తరువాత ప్రణవమును చర్చింపుచు శరీరమునందు ఆ భస్మమును ధారణ చేయవలెను. పిమ్మట “త్రాయుషో” అను మంత్రముతో త్రిపుండ్రములు దాల్చి వలెను. ఇట్లు శివభావముతో నొనర్చిన పాశుపతప్రతము కాగలదు. ఈ ప్రతమును ఆరు లేక మూడు సంవత్సరములు గాని, ఆరు లేక మూడు నెలలుగాని, పండ్రెండు, ఆరు, మూడు దినములుగాని, తుదకు ఒక దినమైనను చేయవచ్చును. ఈ ప్రతాచరణమువలన ఇహ- పరసౌఖ్యములు చేరూరగలవు. మానవుడు సర్వపాప విముక్తుడై పరమ పదము సందగలడు. పశుత్వము నశించి, పరతత్వము ప్రాప్తింపగలదు. ఈ విధానము మహా పుణ్యప్రదము, పరమ సౌఖ్యకరము. ఈ విరజా భస్మముచే స్నానమాచరించిన నమస్త వ్యాధులు నిర్మూలింపబడి ఆరోగ్యవంతులు కాగలరు.

### భస్మధారణ విధి

శ్లో॥ బ్రహ్మ విష్ణు మహేశానాన్తి స్తో రేఖా ఇతి స్మృతాః॥  
ఆద్యో బ్రహ్మ తతో విష్ణు స్తదూర్ధ్వంతు మహేశ్వరః॥  
జ్వలములచే స్నానమొనర్చిన పిదప ఆచమన మొనర్చి “అగ్నిరితి” అను మంత్రముచే భస్మమును గ్రహించి, చల్లని నీటిచే తడిపి, దానియందు ప్రణవయుక్తమగు పంచకోశ

యంత్రమును లిఖించి “త్ర్యంబకం” అను మంత్రముచే నభి  
మంత్రించి, పంచబ్రహ్మ మంత్రములు స్మరింపుచు, పౌల  
భాగము నందు అడ్డముగా కనుకొలికిల వరకు మూడు రేఖలు  
తీర్చవలెను. ఇందు అడుగు భాగము నందలి మొదటి రేఖ  
బ్రహ్మ స్వరూపము. మధ్యరేఖ విష్ణు స్వరూపము. పైభాగము  
నందలి రేఖ ఈశ్వర స్వరూపము అని తెలుపబడినది.

శ్లో॥ మధ్యాంగుళి త్రయేణైవ స్వదక్షిణ కరస్యతుః।

షడంగులాయతం మాన మపి చాధిక మానకమ్॥

నేత్రయుగ్మ ప్రమాణేన పాలే దీప్తం త్రిపుండ్రకం।

కదాచి దృష్మనాకుర్యా త్సరుద్రోనాత్ర సంశయః॥

అకారోఽనామికా బ్రోక్తా ఉకారో మధ్యమాంగుళిః।

మకార స్తర్జనీస్తస్మా త్త్రిపుండ్రం త్రిగుణాత్మకమ్॥

తన కుడిచేతి యందలి ఐదువ్రేళ్ళలో మధ్య నగల  
మూడు వ్రేళ్ళచే తర్జని, మధ్యమ, అనామికలు ఆరంగుళ  
ములకు తక్కువగాని అడ్డ రేఖలు ధరించవలెను. ఎడమ  
కనుకొలికి నుండి కుడికన్ను కొలికి వరకు ఈ త్రిపుండ్ర  
భారణ గావించవలెను. ఉంగరపు వ్రేలు ‘అనామిక’ అకార  
స్వరూపము. మధ్యవ్రేలు ఉకార స్వరూపము; చూపుడు  
వ్రేలు తర్జని మకార స్వరూపము. ఈ మూడూ కలసిన  
యెవల ప్రణవ స్వరూపము కాగలదు. మరియు ఈ మూడును  
సత్వరజస్తమో గుణములకు సంకేతములు, త్రిమూర్త్యాత్మక  
మును అయియున్నవి. బ్రహ్మోత్తర ఖండమును గ్రంథము  
నందు ముదియొక విధానము తెలుపబడినది.

శ్లో॥ మధ్యమానామి కాంగుష్ఠే ర్లలాటే యత్త్రిపుండ్రకం।

తత్త్రిపుండ్రం భవేచ్ఛస్తం మహాపాతక నాశనమ్॥

మధ్యమానామి కాంగుష్ఠే రనులోమ విలోమతః॥

ఉంగరపు వ్రేలు, మధ్యమాంగుళి, చొటనవ్రేళ్ళతో త్రిపుండ్రమును ధరించవలెను. అది యెట్లనిన మధ్య వ్రేలితో ఎడమ నుండి కుడికి క్రింది రేఖను, చొటనవ్రేలితో కుడి నుండి యెడమకు మధ్య రేఖను, ఉంగరపు వ్రేలితో ఎడమ నుండి కుడికి పైనగల రేఖను భస్మముచే ధరించవలెను. ఇట్టి త్రిపుండ్ర ధారణము ప్రశస్తమైనది. మహా పాతకములను నశింపజేయగలదు.

శ్లో॥ విభూతి ధారణం త్యక్త్వా యః శివం పూజయిష్యతి।  
సదుర్భగః శివద్వేష్టా సద్వేష్టో నరకప్రదః॥

విభూతిని ధరింపక శివుని పూజించుటవలన దురదృష్టము ప్రాప్తించగలదు. మరుజన్మయందు శివద్వేష్టయై నరకమును చెందగలడు. మరియు విభూతిని ధరింపక చేయబడు స్నాన సంధ్యా జపహోమ దైవార్చనలు, పితృ కర్మలు, సమస్తము నిష్ఫలములు కాగలవు. కావున తప్పని సరిగా శ్రౌతభస్మమును సంపాదించి, జాగ్రత్తపరచుకొని, ప్రతిదినము ఆ భస్మమును ధరింపుచుండవలెను. శ్రౌత భస్మము లభించని యెడల తాకిక భస్మమైనను ధరించవలెనే గాని భస్మధారణ చేయక సంధ్యావందనాది కర్మలు చేయ కూడదు !

(శ్రౌత భస్మమనగా నిత్యాగ్నిహోత్ర తత్సరులను ఆహితాగ్నుల గృహమందలి గార్హపత్యాగ్నిచే నేర్పడిన

భస్మము. లౌకిక భస్మమనగా అన్యులు ఆవుపేదచే తయారు చేసిన భస్మము.)

## భస్మ మాహాత్యం

శ్లో॥ అత్రతే కథయామ్యేన మితిహాసం పురాతనం। కదాచి  
దథ దుర్వాసాః పితృలోకం గతోభవత్।  
భస్మనందిగ్ధ సర్వాంగో రుద్రాక్ష భరణాన్వితః।  
శివశంకర సర్వాత్మన్ శ్రీమంతర్జగదంబికే॥

పూర్వ మొకప్పుడు మునిశ్రేష్ఠుడగు దుర్వాస మహర్షి సర్వాంగములందు విభూతిని ధరించి, ఒడలంతయు రుద్రాక్ష మాలలు దాల్చి, శివ ! శంకరా ! సర్వాత్మకా ! శ్రీమాతా ! జగదంబికా ! యని స్మరింపచు, పితృలోకమున కేగగా అచ్చటి కవ్యవాహనాదు లా మహాక్షి కెదురేగి, నమస్కరించి, అర్ఘ్యపాద్యాదుల నొసంగి; ఆసనాద్యుపచారములచేసత్కరించిరి. అంతనా ముని వారిని కుశలప్రశ్నలు గావించు సమయమున ఎచ్చటినుండియో కొందరి హాహాకారములు వినిపించి నవి. ఆ బాధాయుతమగు ఆక్రోశములకు దుర్వాస మహర్షి హృదయము ద్రవించినది. “అవి ఎచ్చటివ”ని వారి నడిగెను. అందుల కచ్చటివారు ఈ సమీపముననే కుంభీపాక నరకము కలదు ! అందలి పాపులు యమకింకరులు పెట్టు బాధలకు తాళజాలక విలపించుచుండిరి.” అని చెప్పగా దుర్వాస ఋషి యా నరకమును గాంచుటకు బయలుదేరెను.

నరకజన్మయందు ఘోరాతి ఘోరమగు పాపము లొన



ర్చిన వారిని మరణానంతరమునందు యమభటులు “కుంభి పాకము” అను నరకమునందు బడవైచి అనేక విధము లగు యాతనలకు గురిసేయుచుండెదరు. ఘోర రూపులగు ఎనుబది నల్లరు భటులా నరకకుండమును కాపాడుచుండెదరు. ఆ నరకమందు కల్లు యాతన లిట్టివని నూరేండ్లు వర్జించినను తరుగవు. దుర్వాస మహర్షి ఆ కుండమువద్దకు వచ్చి, తలవంచి లోనికి చూచెను. అప్పుడా నరక వాసులకు సమస్త బాధలు అంతరించి, గొప్ప సుఖానుభూతి కల్గి, ముద మందసాగిరి. వారి కప్పుడు స్వర్గాధిక సుఖము సంప్రాప్త మగుట వలన కొందరు నవ్వుట, కొందరు పాడుట, మరి కొందరు ఆడుట చేయుచుండిరి. అంతియేగాక ఆ నరక కూపమునుండి పంచమ స్వరములతో ఇంపగు అనేక నాద ములు, సుగంధ పుష్ప వాసనలు వెల్లువడసాగినవి. అందుల కా ముని యబ్బురపడగా అచ్చటి వారందరు ఆశ్చర్య చకి తులై యుండిరి. యమదూత లీ విషయము వెనువెంటనే యమధర్మరాజునకు విన్నవించిరి.

యమధర్మరాజు వెనువెంటనే ఆ నరక కూపమువద్ద కరుదెంచి, అచ్చటి పరిస్థితికి విస్మయమంది, ఆ వార్తను ఇంద్రునికి తెలియజెప్పెను. తృటి కాలమునందే బ్రహ్మాది సమస్త దేవతలు అచ్చోటి కేతెంచిరి. వారెల్లరు నరకవాసు లందరు సుఖశాంతులతో సంతోషముగా నుండుట గాంచిరి. కాని అందులకుగల కారణము గుర్తెరుంగ లేకపోయిరి. నరకము లీ విధముగా మార్పు జెందుచుండిన యెడల పర

మేళ్ళరు డేర్పరచిన వేద మర్యాదకు భంగము వాటిల్లును గదా ! యని తలచి, శ్రీహరి దేవతలతో సహా తైలానమున కేగి, ఈ వృత్తాంతము నంతయు పరమశివునికి దెల్పి, ఇందు లకు కారణము దెల్పుమని ప్రార్థింపగా ఆ శంకరుడు చిరు మందహాస మొనర్చి, కుంభీపాత నరకము స్వర్గతుల్యమగు తుకు కారణము నీ విధముగా దెల్పెను.

“ఓ హరి ! ఇందాశ్చర్యపడవలసిన పనిలేదు ! ఇదంతయు విభూతి మాహాత్మ్యము, భస్మశక్తి కసాధ్యమైన దేదియును లేదు ! పరమ భక్తాగ్రగణ్యుడైన నా భక్తుడు దుర్వాస మహర్షి కుంభీపాతమును జూచుటకై వెడలి, ఆ కూపమునందు శిరము వంచి, తొంగి చూచు సమయమందు దైవ యోగముచే వాయు స్పర్శవలన ఆ మహర్షి ధరించిన సుదుటి భస్మరేణువులు రాలిపడుటచే ఇట్టి వింత జరిగినది. అది అంతయు భస్మమహిమే సుమా ! మరియు నేటినుండి ఆ కుంభీపాతము నరక, పితృలోక వాసులకు పుణ్యతీర్థముగ మారగలదు ! అందు మునిగినవారికి గొప్ప సుఖములు కల్గును. ఇక నుండి ఆ కుండము పితృలోక వాసులకు “పితృ తీర్థమ”ను పేర వాసి గాంచగలదు. మీరెల్లరు తక్షణమే అచ్చోటి కేగి, దేవీ సహితముగ నా లింగమును ప్రతిష్ఠింపుడు. నన్ను పితృశ్వరుడనియు, దేవిని పితృశ్వరి యనియు పితృ లోక వాసులెల్లరు స్మరించి, పూజించి, తరించగలరు.” అని శివుడు పల్కుగా హరి బ్రహ్మాది దేవత లెల్లరు వెనువెంటనే కుంభీపాతమును జేరి, శివాజ్ఞను పాలించిరి. ఆ విభూతి

రేణువుల మాహాత్మ్యముచే ఆ కుంభీపాకము నందున్న వారెల్లరు పుణ్యవంతులై, దివ్య విమానముల నెక్కి, కైలాసమున కేగిరి. అట్లు కైలాసమున కేగిన ఆ పుణ్యాత్ములు భద్రదగణములుగా పేరు గాంచి, నేటికినీ పూజింపబడుచుండిరి. ఆ తరువాత యమధర్మరాజు పాపుల కొరకు పేరొక చోట మరొక కుంభీపాక నరక కూపమును సృష్టించెను. (దేవీ భాగవతం 11 వ స్కంధం)

శ్లో॥ బ్రాహ్మణైరిక్షత్రియై రైవశైః శూద్రైరపిచ సంకరైః॥

అపభ్రంశై ర్భతం భస్మ త్రిపుండ్రోద్ధూ అనాత్మనా॥  
ఉద్కాలనం త్రిపుండ్రంచ యైః సమాచరితం ముదా॥  
త్వవ శిష్టా విద్వాంసో నేతరే మునిపుంగవ॥

బ్రాహ్మణులు, క్షత్రియులు, వైశ్యులు, శూద్రులు, సంకరులు, అపభ్రంశులు నగువారెల్లరు భస్మముచే త్రిపుండ్రములు ధరింతురు. అనగా నెల్లవారును ఏ తారతమ్యము లేక భస్మమును ధరించి పవిత్రులు గావచ్చును. సంతోషమునై చిత్తులై భస్మముచే త్రిపుండ్రములను ధరించిన వారే శ్లోచార పరులు. విద్వాంసులుగా పరమేశ్వరుని వక్షోభాపరణింపబడుదురు. “శివస్య విష్ణోర్దేవానాం బ్రహ్మణ శ్శక్తికారణమ్” అనుటచే భస్మధారణము వలన బ్రహ్మ, విష్ణు మహేశ్వరులు, సమస్త దేవతలు తృప్తినందగలరు!

శ్లో॥ న దానేన న యజ్ఞేన న తపోః శుద్ధిర్నైవ॥  
న తిర్థయాత్రయా పుణ్యం త్రిపుండ్రేణ చ లభ్యతే॥

ద్విజాతిర్వాఽన్యజాతిర్వా శుద్ధచిత్తేన భస్మనా ।  
ధారయేద్య త్రిపుండ్రాంతం రుద్రస్తేన వశీకృతః॥

అతి కష్టతరములైన తపస్సు, యజ్ఞము, దానము, తీర్థయాత్రా సేవనము అను కర్మల ద్వారా ప్రాప్తించు పుణ్యమున కంటెను ప్రతినిత్యము భస్మముచే త్రిపుండ్రములు ధరించుటచే కల్గి పుణ్యము ఎన్నియోరెట్లధికము, ద్విజులు గాని, అన్యులగు ఇతర ఏ జాతివారలుగాని పరిశుద్ధచిత్తులై భస్మముచే త్రిపుండ్రములను ధరింపుచుండిన అట్టి వారికి దుఃఖములను నశింపజేయు రుద్రుడు వశవర్తుడై యుండ గలడు !

శ్లో॥ ధ్వంసనం సర్వదుఃఖానాం సర్వపాప విశోధనమ్ ।  
అంత్యజో వాఽధమో వాఽపి మూర్ఖోవా  
పండితోఽపివా॥

యస్మిన్దేశే వసేన్నిత్యం భూతిధారణ సంయుతః ।  
తస్మి న్సదాశివః సోమః సర్వభూతగణైర్వృతః॥  
సర్వతీర్థైశ్చ సంయుక్తః సాన్నిధ్యం కురుతే నదా॥

విభూతి సర్వదుఃఖములను నశింపజేయగలడు. సర్వ పాపముల నుండి మానవులను ముక్తులను గావించి, పవిత్రుల నొనర్పగలడు. అంత్యజుడుగాని, అధముడుగాని, మూర్ఖుడుగాని లేక ఘహాపండితుడుగాని. ఎవ్వరైనను వారి వారి అర్హతలతో నిమిత్తము లేకుండ విభూతిని ధరింపుచుండిన యెడల వారు నివసించు తావులయందు సమస్త భూతగణ

ములు, సకల పుణ్య తీర్థములతో కూడి పొర్చుతే నహితి  
ఆ పరమేశ్వరుడు ఎల్ల వేళలయందు నివసింపుచుండును.

## ధారణాంగ దేవతలు

శ్లో॥ మూర్ధ్ని చైవ లలాటే చ తర్జకంఠే తథాఽపి  
హృదయే చైవ బాహ్యోశ్చ సంధి స్థానానాం చోర్ధ్వే  
పంచాంగుళై ర్మృసే నూర్ధ్వై హ్రాసాదే నమః

మొదటి:

త్ర్యంగుళై ర్విన్మ సేద్ధా లే శిరోమండ్రేఽపి దేవతః  
సద్యేన దక్షిణే తర్జే వామదేవేన వామతః  
అఘోరేణ తు తంఠేచ మధ్యాంగుళ్యా స్పృశేత్  
హృదయం హృదయేనైవ త్రిభిరంగుళైః స్పృశేత్  
విన్మసే దక్షిణే బాహౌ శివామస్త్రేఽపి దేవతః  
వామబాహౌ న్యశేద్ధి మాన్మపదేన త్రిమండ్రైః  
మధ్యేన సంస్పృశేన్నాభ్యా మేకాన ఇతి మండ్రైః  
శిరోమధ్యే త్మయం బ్రహ్మ ఈశ్వరస్తులలాటే  
తర్జయో రశ్వినౌ దేవౌ గణేశస్తు గణా లభా  
సంధి స్థో సర్వదేవానాం నాభిదేవో భవాభవః  
మధ్యాహ్నోత్పా గ్నతైర్యుక్తం పఠతో జలవర్షితే  
విభూతి ధరించుటకు ఆరు ముఖ్య స్థానములు వేర్వేరు.

ఐడినవి. ఇందు శిరోభాగము (నడినెత్తె), ముఖము  
(నుదురు), తర్జములు (చేవులు), తంఠము (మెడ), హృదయము,  
బాహువులు (భుజములు) అనునవి అవి ముఖ్య  
స్థానములు. ఇవిగాక అంగములయొక్క సంధి స్థానములు.

నాభిస్థానము (పొట్ట) కూడ తెలుపబడినవి. ఈ మొత్తం అష్టాంగ స్థానములుగా చెలుపబడినవి.

భస్మమును మధ్యాహ్నమునకు గల ముందు కాలమునందు చన్నిటిచే తడిపి ధరించవలెను. మధ్యాహ్నం తరువాత గల కాలములోను, రాత్రువేళలందు పొడి భస్మమునే ధరించవలెను. ప్రాసాద మంత్రముచేత బ్రహ్మగణముల రేఖలను శిరోభాగమునందు ధరించవలెను. మూడంగుళములు గల రేఖలను ఫాలభాగమునందు శిరోమంత్రముచే ధరించవలెను. నద్యోజాతమంత్రముచే కుడి చెవియందు, వామదేవ మంత్రముతో ఎడమ చెవియందు, అక్షర మంత్రముచే కంఠమునందు, కుడిచేతి యందలి మధ్య మూడు వ్రేళ్లతో భస్మ ధారణ మునర్పవలెను. అదే విధముగా హృదయ మంత్రము చేత హృదయమునందు శిఖామంత్రము చేత కుడి బాహువునందు, కవచమంత్రముచేత ఎడమ భుజమునందు, రోచాన మంత్రముచే నాభిస్థానమునందు, త్ర్యంబక మంత్రముచే సంధిస్థానములందు విభూతిని ధరించవలెను.

శిరోభాగమునకు బ్రహ్మ దేవత. అచట భస్మమును ధరించుటవలన బ్రహ్మజ్ఞానము ప్రాప్తించగలదు. అలాట భాగమునకు ఈశ్వరుడు దేవత. సుదురు త్రిమంత్రములు ధరించుటవలన దైవత్వము కలిగి బ్రహ్మదేవ ముద్భవించగలదు. కర్ణస్థానములకు అశ్వినీ దేవతలు దైవములు. వారి వలన రోగనాశనము, ఆరోగ్య పర్చనము కాగలదు. కంఠము



నకు గణపతి దేవత. ౧౨ స్థానమునందు విభూతి ధరించుట వలన అనుశ్రుత పాండిత్య మేర్పడగలదు. శ్రీహరికి హృదయము స్థానమగుటవలన హృదయమునందు భస్మమును ధరించిన సర్వపాపములు హరింపబడి పవిత్రులు కాగలరు. బాహువులకు ఇంద్రుడు దేవత. బాహువులయందు భస్మమును ధరించిన శత్రునాశనము కాగలదు. నాభిస్థానమునకు (పొట్ట) కుబేరుడు దేవత. నాభి మరియు పొట్టయందు విభూతిని ధరించిన యెడల సకల సంపదలు చేకూరగలవు. సంది స్థానములకు ఇతర దేవత లధిపతులు. గావున ఆయా స్థానములందు భస్మమును ధరించిన యెడల సకలాభిష్టములు నెరవేరగలవు. సర్వాపయవములందు అనుదినము భస్మ ధారణ గావింపుచుండిన మృచ్ఛంజయుడు కాగలడు. ఇట్టి త్రిపుండ్రములు ధరించుట వేదసమ్మతము భస్మముచే ఆగ్నేయ స్నాన మాచరించుట మిక్కిలి శుభావహము. ముందు జలస్నానము చేసిన పిమ్మట భస్మస్నాన మాచరించ వలెను. జలస్నానము చేయలేని సమయములందు భస్మ స్నానము చేతనే జనులు పవిత్రులు కాగలరు. అట్టి సమయములందు శశాన మంత్రముతో కాలుసేతులు కడుగుకొని, తరువాత భస్మమును గ్రహించి, తత్పురుష మంత్రముతో ముఖమునందు, అఘోర మంత్రముతో హృదయమునందు, వామదేవ మంత్రముతో నాభి ప్రదేశమునందు, పంచబ్రహ్మ మంత్రములతో సర్వాంగములందు భస్మమును పూయవలెను. తరువాత కట్టిన వస్త్రములు పవలి వేరొక శుద్ధవస్త్రము

ధరించి, తిరిగి కాలుసేతులు కడిగికొని ఆచమనము చేయవలెను. ఈ విధమైన భస్మస్నానమువలన శరీర బాహ్య భృంతర శుచిత్వము ప్రాప్తించగలదు.

## భస్మధారణాయం దుసయోగించు

### మంత్రములు:

#### త్ర్యంబకమంత్రం

ఓం త్ర్యంబకం యజామహే సుగంధిం పుష్టివర్ధనం  
ఉర్వారుకమివ బంధనా నృత్యోర్మ్యుక్షీయ మామృతాత్॥

#### ప్రంచబ్రహ్మ మంత్రములు

#### 1. సద్యోజాతమంత్రం

ఓం సద్యోజాతం ప్రపద్యామి సద్యోజాతాయవై నమో  
నమః భవే భవే నాతిభవే భవస్వమాం భవోద్భవాయ నమః॥

#### 2. వామదేవమంత్రం

ఓం వామదేవాయ నమో జ్యేష్ఠాయ నమ శ్రేష్ఠాయ  
నమో రుద్రాయ నమః కాలాయ నమః కలవి కరణాయ నమో  
బలవికరణాయ నమో బలాయ నమో బల ప్రమథనాయ  
నమ స్సర్వభూతదయనాయ నమో మనోన్మనాయ నమః॥

#### 3. అమోరమంత్రం

ఓం అమోరేభ్యో ధమోరేభ్యో మోరమోరతరేభ్యః॥  
సర్వేభ్యస్సర్వ శర్వేభ్యో నమస్తే అస్తు రుద్రరూపేభ్యః॥

#### 4. తత్పురుషమంత్రం

ఓం తత్పురుషాయ విద్మహే మహాదేవాయభిషుహిః  
తన్నోరుద్రః ప్రచోదయాత్॥

#### 5. ఈశానమంత్రం

ఓం ఈశాన స్సర్వ విద్యానా మిశ్వర స్సర్వ హితా  
నాం బ్రహ్మాధిపతి ర్బ్రహ్మణోధిపతి ర్బ్రహ్మ విదేవే తస్మై  
సదాశివోమ్॥

ప్రాసాద మంత్రం “ఓం హౌమ్ ఓం”

అపో మంత్రం “ఓం ఓ మాపో ఙ్మోతే తనోఽమృతం  
బ్రహ్మ ఓం”

పంచాక్షరీ మంత్రం “ఓం నమశ్శివాయ”

హృదయ మంత్రం “ఓం హృదయాయనమః ఓం”

శిరో మంత్రం “ఓం శిరసే స్నాహా ఓం”

శిఖా మంత్రం “ఓం శిఖాయై వషట్ ఓం”

తవచ మంత్రం “ఓం తవచాయ హుం ఓం”

నేత్ర మంత్రం “ఓం నేత్రత్రయాయ వాషట్ ఓం”

అస్త్ర మంత్రం “ఓం అస్త్రాయఫట్ ఓం”

సప్తవ్యాహృతీ మంత్రం “ఓం భూః ఓం భువః ఓం మః  
ఓం మహాః ఓం జనః ఓం తవః ఓం ధివః ఓం

వ్యాహృతీత్రయ మంత్రం “ఓం హృద్భువస్సువహాః ఓం”

ప్రణవ మంత్రం “ఓం నమః ఓం ఓం (లేవ) ఓం”

గృహస్తుతం ముఖ్యం “ఓం త్రాయమషే జమదగ్నేః కశ్యపస్య  
త్రాయమషం యద్దేవానాం త్రాయమషం జతన్మే అస్తు  
త్రాయమషం॥

బ్రహ్మ చా రు ల కు వ. ఖ్య ము

ఓం మేధావీ భూయాసం। తేజస్వీ భూయాసం। వర్చ  
స్వీభూయాసం। బ్రహ్మవర్చస్వీ భూయాసం। ఆయుష్మా  
న్భూయాసం। అన్నాదో భూయాసం। యశస్వీ భూయాసం।  
సర్వసమ్మద్దో భూయాసం॥

పిల్లవారికిని ముఖ్యము : “శివాయ నమః”

(భిన్నధారణయందు పై మంత్రముల సుపయోగించుకొనవలెను.)

శ్లో॥ తేషాం నాస్తి వినిర్మోక్షః। సంసారా జన్మకోటిభిః।  
నత ఛ్యానం నత న్యోక్షం నత జ్ఞానం నత త్తపః॥

ఓమ్

రు ద్రాక్షధారణ మహిమ

శ్లో॥ మహాదేవం మహాత్మానం మహాపాతక నాశనం।  
మహాపాపహరం వందే మకారాయ నమో నమః॥

శ్లో॥ విభూతి ధారణం కార్యం రుద్రాక్షణాం చ ధారణమ్।  
క్రమ యోగేన రుద్రాక్షం సర్వదా జపసాధతైః॥

శ్లో॥ సర్వాశ్రమాణాం వర్ణానాం రుద్రాక్షణాం చ

ధారణమ్ |

రుద్రాక్ష ధారణా ద్రుద్రో భవత్కేవల స సుఖయః |

వేదప్రోక్తమగు వర్ణవ్యవస్థయందు సర్వవర్ణములవారి  
వారికి నిర్ణయించిన ఆశ్రమ ధర్మముల ననుసరించుచున్న  
పవిత్రులుగాను, పాపరహితులుగాను ఉండి, కర్మములను  
తరుణచే ప్రాప్తించిన జ్ఞాన వైరాగ్యములద్వారా భాసయ్యే  
తపోవిధులచే కైవల్యమును గాంచగలరు. కర్మములను  
నందు చతుష్పాదయుతమగు ధర్మము పరిక్షాత్తమై ఉండునని  
చుండెడిది. త్రేతాయుగమునందా ధర్మము పాపము  
లుప్తమై, ద్వాపర యుగమునందు మోహాదిగుణములు పుట్టి  
క్రమశః క్షీణింపుచు ఈ కలియుగమునందు మోహము  
మగుటవలన కలిమాయచేమనవ్వ కెల్లది ప్రభావించుచు ఉండి  
కార్యాసక్తులుగాను, పాపపండితులుగాను, పరివ్రాజకులుగాను  
జ్ఞానరహితులుగాను మనుచుండిరి.

కలి మాయా ప్రలోభితులగు మోక్షార్థము నుదా  
శుచిత్వము, జ్ఞానవైరాగ్య చింతనాసక్తి కల్గి, భోజనము  
ప్రాప్తించి, జ్ఞాన అజ్ఞాన క్షోభములను నిర్మూలమున నివర్తి  
తరించబడి, పునీతులుగా నుండుటచే ప్రార్థన ముహూర్తము  
పురాణ, స్మృతులయం దనేక సువిధ విధములను ఉపయోగి  
పాయములను చెల్లించుచుండిరి. అట్లే విధానములను ఉప  
ముఖ్యమైనవి. 1) భస్మధారణ 2) రుద్రాక్షధారణ

త్రి శ్రీహరినామ స్మరణములు అయియున్నవి. కావున భక్త్యధారణ మొనర్చుట, రుద్రాక్షమాలలు ధరించుట, సదా శ్రీ పరమేశ్వరుని దివ్యనామ స్మరణమును గావింపుచుండుట అను కర్మల నాచరించుటచే కలియుగమునందు మానవులు నిశ్చయముగ సర్వపాప వినిర్ముక్తులై మోక్షము నందగల రనుటలో ఎట్టి సందేహమును లేదు.

ప్రాతఃకాల స్నానానంతరము విధి పూర్వకముగా భక్తిమును త్రిపుండ్రములుగా ధరించవలెను. పిమ్మట రుద్రాక్షమాలలు కూడ ధరించవలెను. జపసాధకులు, దైవ ప్రసాద లభ్యాభిలాషులు ఈ కార్యక్రమమును తప్పక సర్వ కాలములందు ఆచరించవలెను. సర్వవర్ణములవారు, గృహస్థ, బ్రహ్మచర్య, వానప్రస్థ సన్యాసాది సర్వాశ్రమములవారు ఈ రుద్రాక్షలు ధరింపవచ్చును. రుద్రాక్షలు ధరించినవారు సాక్షాత్ రుద్రునితో సమానులు కాగలరు.

చూడరాని దృశ్యములు చూచినను, వినరాని వాచక ములు వినినను, తినరాని పదార్థములు తినినను, పలుకరాని వక్తులు పలికినను, తిరుగరాని తావుల తిరుగాడినను, చేయరాని కార్యములు చేసినను, తలపరాని విషయములు తలంచినను, వినర్జింపదగని వానిని వినర్జించినను, స్వీకరింప దగిన వానిని స్వీకరించకున్నను ప్రాప్తించు దోషములు, వాటిచే కల్గు పాపములు రుద్రాక్షలు ధరించిన మానవుల నుండుటజాలవు. మరియు రుద్రాక్షలు ధరించిన వానిని భుజింప



జేయుట సాక్షాత్తు హేశ్వరుని భజింపజేయుటయే కాదు. అట్టి రుద్రాక్షధారి తొసంగబడిన పానద్రవ్యములు, ఫలములు, ఆహారము, తాంబూలాదిగాగల సమస్తము వివక్షితి తరములై అత్యుత్తమ ఫలముల నొసంగగలవు. రుద్రాక్షలు ధరించుటకు సంశయించినను, నిగ్గుపడినను, రుద్రాక్షలు ధరించిన వానిని జూచి పరిహాస మొనర్చినను, విచిత్రము చేసినను అట్టివాడు నిష్కృతిలేని పాపమును దొండి చుండునని గలడు.

శ్లో॥ రుద్రాక్షధారణా దేవ రుద్రో రుద్రత్య మాత్మనూరో  
మునయః సత్యసంతల్పా బ్రహ్మ బ్రహ్మతః

మొదటిది

రుద్రాక్షధారణా చ్ఛ్రేష్ఠం నతించిదపి విద్యతే.

రుద్రాక్షలను ధరించుటవల్లనే ఈశ్వరునికి ముద్రత్యము ప్రాప్తించినది. మహా మహిమోపేతములగు ఆ రుద్రాక్షలు ధరించుటవలననే మునులు సత్సంతల్పులుగా నిర్ణయించి, బ్రహ్మ ఈరుద్రాక్షలు ధరించుటచేతనే బ్రహ్మత్వమును పొందెను. రుద్రాక్షలు ధరించుటకంటె శ్రేష్ఠమైన కాశ్యము మరొకటి లేదు. రుద్రాక్షలు ధరించినవానికి, సువర్ణవస్త్ర కాదామనము దానమొనర్చివాడు, సర్వపాపముల నుండి విముక్తుడై సాక్షాత్ శివలోకమున కేగగలడు. రుద్రాక్షలు ధరించిన వాని పాదములు కడిగి, సత్సంతల్పముల మహిమవల్లమును పొందెను. అట్టి నరుడు ఉత్తము నుండి నిష్క్రమించును.

శ్లో॥ రుద్రాక్షం కేవలం వాపి యత్రకుత్ర మహామతే।  
స మంత్రకం వా మంత్రేణ రహితం భావవివర్జితమ్॥  
యోవాకోవా నరో భక్త్యా ధారయే లజ్జయాఽపివా।  
సర్వపాప వినిర్ముక్తః సమ్యజ్ఞాన మవాప్నుయాత్ ॥

జన్మ మధ్యమం దెప్పుడైనను, ఎక్కడైనను మానవుడు తెలిసిగాని, తెలియకగాని రుద్రాక్షలను ధరించినను, మరియు సమంత్రకముగాగాని, మంత్ర రహితముగాగాని, భక్తిపారవశ్యముచేగాని లేక సిగ్గుచేగాని, మోహముచేగాని, అలంకార ప్రాయముగాగాని పవిత్రములగు రుద్రాక్షలను ధరించిన యెడల సర్వపాపములనుండి విముక్తుడై, ఈశ్వర కృపకు పాత్రుడై, జ్ఞానవంతుడై, మోక్ష సామ్రాజ్యమును పొందగలడు. కావున చెప్పుటకు వలనుపడని మహిమగల రుద్రాక్షలను ప్రతి మానవుడు తప్పక ధరించవలెను.

### రు ద్రా క్ష ల్ ల ఖ ణ్ డ

శ్లో॥ త్రిపురోనామైత్యస్త పురాఽసీ త్సర్వ దుర్జయః।  
హతాస్తేన సురాః సర్వే బ్రహ్మ విష్ణోద్విదేవతాః॥  
సర్వైస్త కథితే తస్మిం స్తదాఽహం త్రిపురం ప్రతి।  
అచింతయం మహాశత్రు మఘోరాఖ్యం మనోహరమ్॥  
సర్వదేవమయం దివ్యం జ్వలంతం ఘోరరూపయత్।  
త్రిపురస్య వధార్థాయ మఘోరాత్రు మచింతయమ్॥  
దివ్యవర్ష సహస్రంతు చక్షుర్నీలితం మయా।  
ఽకౌన్తమమలాక్షిభ్యః పతితా జలబిందవః।

తత్రాశ్రు బిందుతో జాతా మహారుద్రాక్ష వృక్షికాః॥

మమాఽఽజ్ఞయా మహాసేన సర్వేషాం

హితకామ్యయా॥

ఒకప్పుడు పరమేశ్వరుడు తుమారస్సామికి రుద్రాక్షల పుట్టుకను గురించి తెల్పెను. “పూర్వమైక కాలమునందు త్రిపురుడను పేరుగల రాక్షసుడు ఘోరమగు తపోజలముచే జయింపనలవిగానివాడై దేవతల హవిర్భాగములనుగొనుచు. దైవసృష్టి క్రమమునకు భంగము కలుగజేయుచుండెను. బ్రహ్మ, విష్ణు మొదలగు వారతనిని జయింపలేక యుండిరి! అప్పుడు వారెల్లరు నా వద్దకు వచ్చి, ఆ విషయమును విన్నవించగా నేను లోక తల్మాణములొరకు మహాఘోరమగునది. సర్వదేవమయ మగునది, దివ్యశక్తి సమస్తతమగునదియు. అఘోరాస్త్రమును చింతింపుచు కనులు మూసెదనని. దివ్య సమాధి నిష్ఠయందుండి వెయ్యి దివ్యవర్తములు కలము వల్ల తిని. తుదకట్టి దివ్యాస్త్రము సాధించబడిన తోడనే నేను కన్నులు తెరవగా నా నేత్రముల నుండి నీటి విందులు రాలినవి. అప్పుడు లోకహితము గోరి అట్లాపించగా ఆ జల బిందువులు రుద్రాక్ష వృక్షములుగా నావిర్భవించినవి. ఇట్లే పరమ సవిత్రములగు రుద్రాక్ష వృక్షముల మొక్కలనుగోరి రుద్రాక్షలని ప్రసిద్ధి పడించె. భరించు మానవులందఱు శివాజ్ఞ చొప్పున పునీతులను గావించుచున్నవి.

## రుద్రాక్షవృక్ష భేదములు

శ్లో॥ జఘాపస్తే చ రుద్రాక్షా అష్టత్రింశ త్ప్ర భేదతః ।  
 సూర్యనేత్ర సముద్యాతాః కపిలా ద్వాదశ స్కృతాః॥  
 సోమనేత్రోత్థితాః శ్వేతాస్తే షోడశ విధాక్రమాత్ ।  
 వహ్నినేతోద్భవాః కృష్ణాదశ భేదా భవంతిహి॥  
 శ్వేతవర్ణశ్చ రుద్రాక్షో జాతితో బ్రాహ్మ ఉచ్యతే  
 కైతార కస్తథా మిశ్రోవైశ్యః కృష్ణస్తు శూద్రకః॥

శివుని ఆజ్ఞచే సృజింపబడిన రుద్రాక్ష వృక్షములు  
 36 రకములుగా నుత్పత్తి నందినవి. పరమేశ్వరుని దక్షిణ  
 నేత్రము (కుడికన్ను) నుండి రాలిన బిందువులవల్ల పది  
 రెండు రకములు, వామనేత్రము (ఎడమ కన్ను) నుండి  
 రాలిన బిందువులవల్ల పదునారు రకములు, భృమధ్యము  
 (మూడవ కన్ను) నుండి రాలిన బిందువులవల్ల పది రక  
 ములు. మొత్తము ముప్పది ఎనిమిది రుద్రాక్ష వృక్షములు  
 సృష్టింపబడినవి. ఈ ముప్పది ఎనిమిది రకములు తిరిగి,  
 తెలుపు, ఎరుపు, నలుపు, మిశ్రమ వర్ణమను నాల్గు రంగులు  
 కలిగియుంటవి. ఇందు తెలుపు రంగుగల రుద్రాక్షలు శివుని  
 ఎడమ కంటినుండి రాలిన జలబిందువులచే కలిగి బ్రహ్మజాతి  
 యని తెలియబడుచున్నవి. కుడికంటి నీటివల్ల ఏర్పడిన  
 రుద్రాక్షలు ఎరుపురంగు కలిగి క్షత్రియ జాతికి చెందినవై  
 యున్నవి. రుద్రుని మూడవకంటి జలములచే బుట్టిన నలుపు  
 రంగు రుద్రాక్షలు శూద్రజాతికి చెందినవి. ఈ మూడు వర్ణ

ములతో కూడిన మిశ్రమ వర్ణముగలవి వైశ్యజాతికి చెందినవిగా తెలుపబడినవి. ఏ జాతికి చెందిన రుద్రాక్షల నా జాతి వారు ధరించుట శుభప్రదము. ప్రయత్న పూర్వకముగా రుద్రాక్షలను సేకరించునపుడు ఏ వర్ణము వారు ఆ వర్ణమునకు సంబంధించిన రుద్రాక్షలను సేకరించి, ధరించవలెను. తన ప్రయత్నము లేకుండా భగవదేచ్ఛగా ప్రాప్తించిన రుద్రాక్షలు ఏ జాతికి సంబంధించినవైనను, అట్టి వాటిని వారు ఏ జాతి వారైనను ధరించవచ్చును.

## రు ద్రా క్ష ల వి శే ష వి వ రణ

అది మధ్యాంత రహితుడగు ఆ సదాశివునికి మూడు నేత్రములు గలవు. అందువలననే ఆ దేవదేవుని “ముక్కంటి వేల్పు” అని పిలుచుచుండెదము. ఈ మూడు నేత్రములు సోమ సూర్యాగ్నులకు ప్రతీకలు. అనగా పరమశివుని దక్షిణ (కుడి) నేత్రమునకు సూర్యుడు, వామ (ఎడమ) నేత్రమునకు చంద్రుడు, ఈ రెండు నేత్రములకు మధ్యన భ్రామధ్య స్థానమందలి మూడవ నేత్రమునకు అగ్నిదేవుడు అధిపతులు. రుద్రుడు జగత్కల్యాణమును కాంక్షించి మృత్యు శిక్షణ, శిష్ట రక్షణకై అఘోరాస్త్రమును ధ్యానింపుచు తపము సల్పిన పిమ్మట ఆ అస్త్రము సిద్ధించుటచే ఆనందపురితియై నేత్రములు దెరువగా సూర్య సంబంధమగు కుడి నేత్రము నుండి పదిరెండు సూర్యకళ లుద్భవించినవి. [1] తాపినీ, 2) తాపినీ, 3) ధూమా, 4) మరీచి, 5) జ్వాలినీ, 6)

రుచి, 7) సుషుమ్నా, 8) భాగదా, 9) విశ్వా, 10) జోధినీ, 11) ధారిణి, 12) క్షమ యనునవి పదిరెండు సూర్య కళలు. అట్లుదృవించిన సూర్యకళలు శివుని ఆజ్ఞచే లోక కల్యాణార్థము పదిరెండు భేదములుగల రుద్రాక్ష వృక్ష ములుగా మారినవి. ఈ సూర్యకళాత్మకములైన రుద్రాక్షలు అరుణ వర్ణము కలిగియుండగలవు. వీటిని ధరించుటవల్ల ఆరోగ్యము, కీర్తి, శత్రునాశము, ఆత్మశక్తి, తేజస్సు, ఓజస్సు, ప్రజ్ఞ, మేధాశక్తి ప్రాప్తించగలవు.

పై విధముగానే వామ (ఎడమ) నేత్రము నుండి చంద్ర సంబంధముగు పదునారు కళలు ఉద్భవించినవి. 1) అమృతా, 2) మానదా, 3) పూషా, 4) తుష్టి, 5) పుష్టి, 6) రతి, 7) ధృతి, 8) శశి, 9) చంద్రికా, 10) కాంతి, 11) జ్యోత్స్నా, 12) శ్రీ, 13) పీతి, 14) అంగదా, 15) పూర్ణా, 16) పూర్ణామృతా యను పదునారు చంద్రకళలచే కల్గిన ఈ రుద్రాక్షలు తెలుపు వర్ణము కలిగి యుండగలవు. ఇట్టి శ్వేతవర్ణ రుద్రాక్షలను మానవులు ధరించుటవల్ల అమృతత్వము, యౌవనము, తుష్టి, పుష్టి, సమృద్ధి, శాంతి, పరిపూర్ణత, ఉల్లాసము, సౌఖ్యము, సిరి వంశము, మంచి సౌందర్యము, బుద్ధిబలము, జ్ఞానవృద్ధి, సత్ చింతనలు ప్రాప్తించగలవు !

అగ్ని దేవతాకమగు రుద్రుని మూడవ నేత్రమునుండి అగ్ని దేవుని సంబంధితములగు దశవిధ అగ్నికళ లుద్భ



వించి; పది భేదములుగల రుద్రాక్షలుగా మారినవి. అవి :  
 1- ధూమ్రార్చిషా, 2- ఊష్యా, 3- జ్వలినీ, 4- జ్వాలినీ,  
 5- విస్ఫులింగినీ, 6- సుశ్రియా, 7- సురూపా, 8- కపిలా,  
 9- హవ్యవాహ, 10- కవ్యవాహ అనునవి.

ఈ పది విధములగు అగ్నికళలచే నేర్పడిన రుద్రాక్షలు కపిల నలుపు వర్ణము గలవి. ఈ కపిలవర్ణ రుద్రాక్షలను ధరించుటవల్ల మహాపాతకోప పాతకాది సమస్త పాప నాశనము, పవిత్రత, శుచిత్వము, విద్య, పాండిత్యము, రూపము, సచ్చిలము, బ్రహ్మతేజము, తపస్సిద్ధి, జ్ఞానము, పైరాగ్యము, వాక్ శుద్ధి, నిశ్చలత్వము, మోక్షము ప్రాప్తింప గలవు. ఇందలి హవ్యవాహ కళాత్మకములగు రుద్రాక్షలు సర్వదేవతా ప్రీతికరములు. కన్యవాహ కళాత్మకమగు రుద్రాక్షలు పితృదేవతా ప్రీతికరములు. వీటిని ధరించి పితరులకు శ్రాద్ధాది క్రియలు నిర్వర్తించిన యెడల “దశపూర్వేషాం దశాపరేషాం” అను విధముగా పది తరముల ముందు వెనుకల పితృదేవతలు వారెచ్చుట నున్నను నెశ్చయముగా ముక్తి నందగలరు.

రు ద్రా క్ష ల యో గ్యా యో గ్య త లు

శ్లో॥ సమాః స్నిగ్ధా దృఢాస్త ద్వ త్కంటకైః

సంయుతాః శుభాః॥

కృమి దృష్టాన్ భిన్నా భిన్నా న్కంటకై

రహితాః స్తభాః॥

ప్రణయక్తా నావృతాంశ్చ షడ్ రుద్రదుఃఖంస్తు

వర్జయేత్ ।

స్వయమేవ కృతద్వారో రుద్రాక్షః స్యాశివోత్తమః

యత్త పౌరుష యత్నేన కృతం తన్మధ్యమం భవేత్ ॥

సమాన్సిన్ధౌ స్థితా, న్వితా న్నామ సూత్రేణ

ధారయేత్ ॥

నిఘ్నరే హేమ లేఖాఖా యత్ర లేఖా ప్రదృశ్యతే ॥

సమముగనుండుట, గట్టిగా నుండుట, నునుపులేక  
ముండ్లతో ఉబికి యుండునవి, స్పష్టమగు ముఖములు గలవి  
నగు రుద్రాక్షలు శుభకరమైనవి. షట్ దోష యుర్తములు.  
అనగా 1 పురుగులు తొలిచినవి. 2 చితికి భిన్నములై  
నవి, 3 ముండ్లులేనివి. 4 దెబ్బతిని ముఖభంగమైనవి. 5  
నునుపుగా నున్నవి. 6 గుండ్రముగా నుండనివి ఈ ఆరు  
లక్షణములుగల రుద్రాక్షలు ఉపయోగించుటకు కూడనివి !  
ఏ రుద్రాక్షనైనను, పుట్టుకతో మధ్య ద్వార మేర్పడి  
యుండిన అది ఉత్తమోత్తమైనదిగా తెలియదగి యున్నది.  
ప్రయత్నముచే రంధ్రముల నేర్పరచిన రుద్రాక్షలు మధ్యమ  
ఫలముల నొసంగును. రుద్రాక్షను బంగారము గీయు ఒరపిడి  
రాతిపై గీచిన బంగారమువలెనే గీటుకు రావలయునని, అట్టి  
రుద్రాక్షలు మాత్రమే పైన దెల్పిన 38 భేదములుగల  
రుద్రాక్షలు కోవకు చెందినవనియు, అట్లు గీటుకురాని రుద్రా  
క్షలు సంకరజాతికి చెందినవగుటచే నిష్ఫలములని శాస్త్రములు  
చెల్పుచున్నవి.

శ్లో॥ రుద్రాక్షణాంతు భద్రాక్ష ధారణా తాన్యన్మహాఫలమ్ ।  
 ధాత్రిఫల మాత్రంతు ప్రోచ్యతే మధ్యమం బుధైః ।  
 అథమం చణ మాత్రం స్యా త్ప్రతిజ్ఞేషా మయోదితా॥

రుద్రాక్షలలో అదే జాతికి చెందిన “భద్రాక్షలు” అను వానిని కూడ రుద్రాక్షలవలె ధరించుట శ్రేష్ఠము. భద్రాక్షలు ధరించుటవల్ల గొప్ప ఫలములు కలుగగలవు ! రుద్రాక్షల నుపయోగించనప్పుడు ఉసిరికపండు ప్రమాణం గల రుద్రాక్షలు చాల శ్రేష్ఠమైనవిగా తెలియవలెను. రేగుపండు ప్రమాణం గల రుద్రాక్షలు మధ్యమ ఫలప్రదములు. సెనగ కాయ ప్రమాణం గల రుద్రాక్షలు అథమ ఫలప్రదములు. అంతకు తక్కువ ప్రమాణం గల రుద్రాక్షలు ఫలశూన్యములు.

శ్లో॥ లక్షంతు దర్శనాత్పుణ్యం కోటిస్త  
 తస్మిన్నర్శనాద్భవేత్ ।

తస్య కోటిగుణం పుణ్యం లభతే ధారణా న్నరః॥

అనేక జన్మలయందు భగవత్సేవచే ఏర్పడిన గొప్ప పుణ్యము గల వారికి గాని రుద్రాక్షల యందాన క్తి లభించదు. పవిత్రములు, పాపఘ్నములు, సౌఖ్యరోగ్య ప్రదములు నగు రుద్రాక్షలను చూచిన యెడల అతనికి గల పుణ్యఫలము లక్ష రెట్లు వృద్ధినందగలదు. రుద్రాక్షలను తాకుటవల్ల కోటిరెట్లుగా పుణ్యము వృద్ధి నందగలదు. రుద్రాక్షలను విధివిధానముగా ధరించిన నరులకు కోటి కోటిరెట్లు పుణ్యము ప్రాప్తించగలదు. సర్వవర్ణములవారు, సర్వాశ్రమ వాసులు; బ్రాహ్మ, యోవన,

కౌమార, వృద్ధులు; స్త్రీలు, పతితులు, పాషండులు, చండా  
లాదిగా గల సర్వులు రుద్రాక్షలను, భస్మమును ధరించ  
వచ్చును. భస్మ, రుద్రాక్షలు - సర్వకాల సర్వావస్థలయందు  
మానవుని దేహము నందుండవచ్చును. అవి నిరంతరము  
మానవులను పునీతులను గావింపుచుండగలవు.

## రుద్రాక్ష ముఖభేదములు - దేవతలు

శ్లో॥ వీరవక్త్రః శివ సౌఖ్య ద్రృహహత్యాం వ్యపోహతి |  
ద్వివక్త్రో దేవదేవ్యా స్యాద్వివిధం నాశయే దఘమ్ ||  
త్రివక్త్ర స్త్వనలః సాక్ష త్త్రిహత్యాం దహతి  
ఉదాత్తః |

చతుర్వక్త్రః స్వయం బ్రహ్మ నరహత్యాం  
వ్యపోహతి ||

అన్ని జాతుల రుద్రాక్షలయందు ముఖ భేదము  
లుంటవి. గుండ్రని రుద్రాక్ష చుట్టూ ఈ ముఖము లుండ  
గలవు. రుద్రాక్షపైగల కంటకములు ఉబ్బెత్తుగానుండి,  
మధ్యన అతి నూక్తిమగు నూత్రము కల్గియుండుటయే ముఖ  
మనబడగలదు ! ముఖము లేనిది రుద్రాక్ష కాదు. అడవి రేగు  
పండులోని గింజలపై వివిధ ముఖములు, ఇంకా ఇతరములగు  
శూలము, శివలింగము, నాగుపాము వంటి చిహ్నములను  
చిత్రించి; కొందరు వాటినే రుద్రాక్షలుగా నమ్మింపుచున్నారు.  
శుద్ధమగు రుద్రాక్షలపై ముఖములు తప్ప మరే విధమైన  
రూప చిహ్నములు ఉండగలవని పురాణ ధర్మశాస్త్రాది

గ్రంథములందు తెలుపబడలేదు. అట్టి చిహ్నాంకితములగు రుద్రాక్షలు సృష్టియందున్న యెడల ఏదో ఒక గ్రంథము నందు నూచించబడకుండునా? ఇన్ని విషయములను ఆమూలాగ్రముగా దెల్పిన పురాణ గ్రంథములకు రూప చిహ్నములను చెల్పుట కష్టము కాదు కదా? కావున రుద్రాక్షలను వానిపై ఏ విధమగు ఆకారములు, చిహ్నములు కలిగియుండవని ప్రతివారు గమనించవలెను.

రుద్రాక్షలయం దొకే ముఖముగల రుద్రాక్ష సాక్షాత్ శివ స్వరూపము. ఇది బ్రహ్మహత్యాదిగా గల పంచమహా పాతకములను తొలగించగలదు. రెండు ముఖములు గల రుద్రాక్ష శివశక్త్యాత్మమైనది. దీనినే “గౌరీశంకర” మందురు. ఇది సర్వపాపహరము. మూడు ముఖములు గల రుద్రాక్ష అగ్నిరూపమైనది. శ్రీహత్యా పాపములను నాశన మొనర్చ గలదు. నాలుగు ముఖములు గలది బ్రహ్మ స్వరూపము. నర హత్యా దోషము లన్నింటిని పోకార్చగలదు!

శ్లో॥ పంచవక్త్రః సర్వైయం రుద్రః కాలాగ్నిర్నామ

నామతః॥

అభ్యుక్త భక్తవో ధూతై రగమ్యా గమనోద్భవైః॥

ముచ్యతే సర్వపాపైస్తు పంచవక్త్ర స్య ధారణాత్॥

ఐదు ముఖములు గల రుద్రాక్ష “కాలాగ్నిరుద్ర” స్వరూపము. ఏకముఖి, అష్టముఖి, చతుర్దశముఖి రుద్రాక్షల వలెనే ఇది కూడ ఉత్తమోత్తమమైనది. ఈశ్వరుని పంచ

ముఖములకు ఈ రుద్రాక్షయందలి పంచముఖములు ప్రతీతములు. పంచ సంఖ్యలతో గూడిన స్పష్టియందలి పంచభూతములు, పంచబ్రహ్మలు, పంచేంద్రియములు, పంచతన్మాత్రలు, పంచ జాణములు, పంచాయుధములు, పంచోపచారములు, పంచ వల్లవములు, పంచామృతములు, పంచతత్త్వములు మొదలగున వెన్నియో పంచసంఖ్యాకములైన వన్నియు ఈ రుద్రాక్షయం దంతర్భూతములై యుండుట గొప్ప విశేషము. ఈపంచముఖ రుద్రాక్షలు ధరించుటవల్ల తినరానిపదార్థములు తినుటవల్ల కలుగు సర్వపాపములు దహించివేయబడి, మానవులు పవిత్రులు కాగలరు.

శ్లో॥ షడ్వక్త్రః కార్తికేయస్తు సర్వపాప వ్యవోహరృత్ ।

సప్తవక్త్రో మహాభాగో హ్యనంగనామ నామతః॥

సర్వపాపములను నాశన మొందించగలది. ఆరు ముఖములు గల కార్తికేయ సర్వరూపమగు దీనిని దక్షిణవరమందు ధరించుటవల్ల గొప్ప శక్తి సామర్థ్యములు ప్రాప్తించగలవు. ఏడు ముఖములుగల రుద్రాక్ష “అనంగ” నామము గలది. సౌభాగ్యప్రదము. బంగారము దొంగిలించిన పాపమును ఇది పరిహరించగలదు. సాక్షాత్ గణపతి స్వరూపమైనది. ఎనిమిది ముఖములు గల్గిన రుద్రాక్ష దీనిని ధరించుట వలన సర్వ విఘ్నములు ఉపశమింపబడి కార్యానుకూలత, జపసిద్ధి, జయము కలుగగలవు. మరియు...



శ్లో॥ అన్నకూటం తులాకూటం స్వర్గకూటం తదైవ్యం ।  
దుష్టాన్వయ శ్రీయంవాఽథ సంస్మృతంశ్చ  
గురుప్రియమ్॥

అష్టముఖ రుద్రాక్షను ధరించిన వారికి అన్నవస్త్రాదులకు లోపము కలుగదు ! సువర్ణాభరణములు ప్రాప్తించగలవు !! కులముగాని శ్రీని గురుపత్నిని తాకిన (మోహముచే) పాపము పరిహరింపబడగలదు. గణేశ స్వరూపముగు ఈ రుద్రాక్ష సర్వవిఘ్నములను, సర్వ పాపములను తొలగించుటయేగాక అంత్యమందు పరమేశ్వర సాయుజ్యమును కల్గించును.

శ్లో॥ నవవక్త్రో భైరవస్తు మమతుల్య బలో భద్రే ।  
భుక్తి ముక్తి ప్రదః ప్రోక్తో నవవక్త్రస్య భారవాత్ ।  
భైరవ దేవాత్మకమగు తొమ్మిది ముఖముల రుద్రాక్ష ఈశ్వర తుల్యమగు బలము గలది. దీనిని ధరించుట వలన బ్రహ్మ సంబంధమగు సర్వకార్యములు నెరవేరి, అంత్యమందు ముక్తి లభించగలదు. దీనిని ఎడమ భుజమునందు ధరించుట వలన విశేష ఫలితములు ప్రాప్తించగలవు.

శ్లో॥ దశ వక్త్రస్తు దేవేశః సాక్షాద్దేవో జనార్దనః ।  
వక్త్రైకాదశ రుద్రాక్షో దుద్రైకా దశతం సమతత్త్వే ।  
అదిత్యా త్యోషితం నిత్యం ద్వాదశా స్త్యేష్టకర్మణాః ।  
గోమేధే చాఽశ్వమేధే చ యత్పులం కరే  
వాసుదేవాత్॥

పది ముఖములు గల రుద్రాక్ష జనార్దన స్వరూపము. దీనిని ధరించిన యెడల గ్రహ, పిశాచ, బేడాళ, బ్రహ్మ రాక్షస పన్నగాదులచే కలు భాధలు తొలగిపోగలవు. ఏకా దశరుద్ర స్వరూపమగు పదునొకండు ముఖములుగల రుద్రాక్షను ధరించుటవల్ల వేయి అశ్వమేధ యాగములు, నూరు వాజపేయములు, పదివేల గోదానములు చేసిన పుణ్యఫలము ప్రాప్తించగలదు. దీనిని శిరస్సున ధరించుట ఉత్తమము ! పదిరెండు ముఖములుగల రుద్రాక్ష “ఆదిత్యుని” స్వరూపము. దీనిని ధరించుటవల్ల ఆధివ్యాధులచేత, పశు, శస్త్రు, వ్యాఘ్రాదుల వలన భయము కలుగదు. అట్టివానికి ద్వాదశాదిత్యులు ప్రసన్నులై ఆరోగ్యము, భాగ్యము, నిర్భయము ననుగ్రహింతురు. మరియు అశ్వమేధ, గోమేధము లొనర్చిన పుణ్యఫలము ప్రాప్తించగలదు ! ద్వాదశముఖీ రుద్రాక్షను చెవియందు ధరించుట యోగ్యము. దీనిని ధరించిన వారికి వీనుగు, గుర్రము, జింక, కుక్క, నక్క, పిల్లి, ఎలుక, గాడిద, పాము మొదలగు జంతువులను జంపిన పాపము పరిహారము కాగలదు.

శ్లో॥ పత్ర త్రయోదశో పతన్ రుద్రాక్షో యది లభ్యతే ।  
కార్తికేయ సమో జ్ఞేయః సర్వ కామార్థ నిధిదః॥  
రసో రసాయనం చైవ తస్య సర్వం స నిధ్యతి ।  
తస్యైవ సర్వ భోగ్యాని నాత్రకార్యా విచారణా॥  
మాతరం పితరం చైవ భ్రాతరం వాని హంతియః ।  
ముచ్చతే సర్వపాపేభ్యో ధారణాత్తస్య షణ్ముఖ॥

పదమూడు ముఖములు గల రుద్రాక్ష లభించుట చాల దుర్లభము ! పూర్వపుణ్య విశేషముచే అట్టి త్రయోదశముఖ రుద్రాక్ష లభించిన యెడల అది కార్తికేయ స్వరూపముగా దలంచవలెను. దానిని ధరించుటవలన అన్ని కోరికలు సమృద్ధిగా సిద్ధించగలవు !! రసవాద విద్యలయం దిది సిద్ధి నొసంగగలదు. రసాయనముగ పనిచేసి, జరను ముసలి తనము దరిజేరనీయదు. సమస్త భోగములు అందిరాగలవు. తలిదండ్రులను, సోదరులను జంపిన పాపమును పార ద్రోలును. మరియు జ్ఞానాజ్ఞానములచే అచరించినను అన్ని పాపముల నుండి నరుని విముక్తుని గావించి, దుర్లభముగు మోక్షము నొసంగగలదు !!!

శ్లో॥ చతుర్దశాస్మో రుద్రాక్షో యది లభ్యేత పుత్రతః |  
ధారాయే తృతతం మూర్ధ్ని తస్య పిండః శివస్యతః |  
కిం మునే జహు నోక్తేన వర్జేన వృణః వృణః |  
పూజ్యతే సతతం దేవైః ప్రాజ్ఞతే చ పరాంగతిః ||

దైవాంశ గలవానికే పదునాల్గు ముఖములు గల రుద్రాక్ష లభించగలదు ! అట్టి మహా మహిమార్జితమగు చతుర్దశముఖ రుద్రాక్షను శరమున ధరించిన మోక్షం లభింప సాక్షాత్ శివస్వరూపుడు కాగలడు. అట్టి రుద్రాక్షను ధరించిన వాని గొప్పదనము వర్ణించుట కలవి కానరాదు. అట్టి వాని చూచి సమస్త దేవతలు నమస్కరించగలరు. అది శరము సురసిద్ధ మునిగణములచే పూజింపబడి, అర్చింపబడి పరమపదము నందగలదు.

## రుద్రాక్షమాలా లక్షణము

శ్లో॥ రుద్రాక్షస్య ముఖం బ్రహ్మ బిందూ రుద్ర ఇతీరితః।  
విష్ణుః పుచ్ఛం భలేచ్చైవ భోగ మోక్ష ఫలప్రదమ్॥  
పంచ వింశతి భిశ్చక్షైః పంచవక్త్రైః సకంటకైః।  
పత్త్రం వక్త్రేణ సంయోజ్య పుచ్ఛం పుచ్ఛేన  
యోజయేత్॥

మేరుమూర్ధ్వ ముఖం కుర్యా తదూర్ధ్వం  
నాగపాశకమ్।

ఏవం సంగ్రథితాం మాలాం సర్వసిద్ధి ప్రదాయినీమ్॥

రుద్రాక్ష ముఖభాగము బ్రహ్మ స్వరూపము. పై  
భాగము (వైశాల్యముగల భాగము) రుద్ర స్వరూపము.  
పుచ్ఛభాగము (వెడల్పు తక్కువగల భాగము) విష్ణు  
స్వరూపము. కావున ఇట్టి త్రిమూర్త్యాత్మక స్వరూపముగు  
రుద్రాక్ష భోగములను కలిగించి, మోక్షము నొనంగగలదు.  
దట్టముగు కంటకములు (గొంగులు) గల పంచముఖీ రుద్రాక్షల  
నిరువడియైదు గొనివచ్చి, మాల గూర్చిన యెడల నది “పంచ  
ముఖ కంటకమాల” యని జెప్పబడినది. ఈ రుద్రాక్షలు  
ఎరుపు, తెలుపు, మిశ్రమము, లేక ఏ విధమైన పర్ణముగా  
నైనను నుండవచ్చును. రుద్రాక్షల యొక్క పై భాగమును  
పై భాగముతోను, పుచ్ఛభాగమును పుచ్ఛభాగముతోను కలిపి  
ఆవుతోకవలె మొదట వెడల్పుగను, తుదకు సన్నముగను  
మాలను నిర్మించవలెను. ఈ మాలను కూర్చుటకు బంగా

రము, పెండి, లేక ధావళికి పాడు నూలు ఉపయోగించి వలెను. మేరుపుగా వేరొక రుద్రాక్షను వెడల్పునకు ధావళిపైకి ఉండునట్లుగా తుది మొదలు కలిపి, ఏర్పరచవలెను. దానిపై "నాగపాశము" అను ముద్రాని ఏర్పరచవలెను. ఈ విధముగా కూర్చబడిన రుద్రాక్షమాల సకల సిద్ధులను ప్రాప్తంపజేయగలదు.

రుద్రాక్షలను మొదట గంధ జలములతోడను, పంచగవ్యముల తోడను, తరువాత శుద్ధ జలములతోడను శుద్ధి గావించవలెను. అటు పిమ్మట మంత్రస్థాన ముండు శివ పడంగ మంత్రముచే తాకి, కవచ మంత్రముచే కవచండు మార్లు అభిమంత్రించి మూల మంత్రస్థాన ముండు వలెను. పిమ్మట పంచబ్రహ్మ మంత్రములతో ప్రోక్షించి మూల మంత్రమును 108 పర్యాయములు జపించి, పీఠముపై ఉంచి, దాని యందు సదాశివుని ఆవాహన గావించి, ప్రాణప్రతిష్ఠ యొనర్చి, షోడశోపచారములచే పూజించవలెను. ఇట్లు నునంస్కృతము గావించిన రుద్రాక్ష మాలను తలపైగాని, కంఠమునందుగాని, చెవియందుగాని ధరించవలెను. 108 తంత, హృదయ, వాహు, కర్ణములు రుద్రాక్షలు ధరించుటకు ఉత్తమాంగములు. ఇట్లే మాలలో మూల మంత్రమును జపించుచు నిత్యము ఆ మాలను ధరించు నపుడు అంబికాదేవతీ ర్త్తిప్రతిష్ఠలు కలిగి, పరమనిపునెడల భాసిండునట.

దర్శముడుల మాల, గారనిండుల మాల, రామనిపునెడల మాలల కంటెను రుద్రాక్షమాల పుష్కరేణా వలెను.

ప్రదము. రుద్రాక్షలు శిరమందు ధరించిన కోటిరెట్లు, భుజములందు ధరించిన లక్ష కోట్లరెట్లు పుణ్యఫలము అధికముగా ప్రాప్తించగలదు. శరీరమునందు వేయి రుద్రాక్షలు ధరించిన వానికి, సర్వదేవతలు శివునికి నమస్కరించిన విధముగా నమస్కరించగలరు. మూడుపందల రుద్రాక్షలు ధరించిన ముప్పదికోట్ల దేవతల అనుగ్రహము ప్రాప్తించును. అట్లు, రుద్రాక్షలు అధికసంఖ్యలో లభించని యెడల తనకు లభించిన మేరకు ధరించుట ఉత్తమము !

ముప్పదిరెండు రుద్రాక్షలు కంటమునందు ధరించవలెను. పదహారు వంతున రెండు బాహువులయందు మొత్తం 32 ధరించవలెను. పన్నెండు పన్నెండుగా రెండు చేతులయందు 24 రుద్రాక్షలు ధరించవలెను. మూర్ధ్వాక్షము నందు నలుబదియు, హృదయమునందు నూట ఎనిమిదియు, ఒక్కొక్క చెవియందున ఆరును, శిఖయం దొక్కటియులు రుద్రాక్షలు ధరించుట శాస్త్రవిహితము. పగడములు, ముత్యములు, వైడూర్యములు, స్పటికములు, బంగారము, వెండి పూసలతో కలిపి రుద్రాక్షమాలను ధరించుటవల్ల శివునివలె త్రిలోకైకపూజ్యత కల్గును. రుద్రాక్షలు ధరించి మంత్రజప మొనర్చిన అనంత పుణ్యప్రదము. తలపై రుద్రాక్ష నుంచుకొని శిరఃస్నాన మాచరించు వానికి గంగాది సర్వ పుణ్యతీర్థ స్నానఫలము ప్రాప్తించగలదు. చెవి కుండలములందు, ఆభరణములందు, కిరీటమునందు, దండకడియములందు, కంకణములందు, నూపురము 'మొలత్రాడు' నందు, యజ్ఞోపవీతము



కందు రుద్రాక్షలు ధరింపవచ్చును. ధోజన. హిస...చున,  
 రుద్రా - స్నాన సమయములందు కూడ రుద్రాక్షలు ధరింప  
 యుండవచ్చును.

మంత్రవేత్తయు, గృహకామియునగు మనుజుడు తత్కాల  
 రుద్రాక్ష ధారణము గావింపవలెను. ఈశాన మంత్రముచే  
 శిరమునందు, తత్పురుష మంత్రముచే బిడ్డములయందు,  
 అఘోర మంత్రముచే హృదయమునందు, అఘోర దీక్షా  
 రములచే చేతులయందు, కామదేవ మంత్రముచే పాదములందు,  
 పంచబ్రహ్మ మంత్రములచే కంఠమునందు రుద్రాక్షలు ధరింప  
 వలెను.

శ్లో॥ గ్రహణే విషువేచైవ సంత్రమే అయినే తదా  
 దర్శేచ పౌర్ణమాసే చ పుణ్యేషు దివసేషుషు  
 రుద్రాక్షధారణా నృద్యః సర్వహస్తైః ప్రసవ్యతే  
 మత్స్యం మాంసం చలిజనం పిబాంసుః పిబేదపి  
 శ్లేష్మోత్మకం విత్వరాహం భక్షణే తత్సమప్రదా  
 రుద్రాక్షలు ధరించుటకు గ్రహణ కాలము, విషువ  
 కాలము, సంత్రమణము, అయినను, తదాదౌర్భాగ్య భాగ్యము,  
 ఇతర పుణ్యదివసములు చాల మోగియున్నవిగాని విషువ  
 బసినవి. అట్టి మోగిడినములందు రుద్రాక్షలు ధరింపరాదు  
 యెడల సర్వహస్తములు తొలగిపోవును. రుద్రాక్షలు ధరిం  
 చిన వారు మద్యము, మాంసము, పిత్తాది వీధులు ముసల  
 కాయ, విరిగిపంప అనువాసన వదిలి వివేకమును నిర్మాణము  
 తినకూడదు.)

శ్లో॥ స్నానే దానే జపహోమే వైశ్వదేవే సురార్చనే।

ప్రాయశ్చిత్తే తథా శ్రాద్ధే దీక్షా కాలే విశేషతః॥

అరుద్రాక్ష ధరో భూర్వా యత్కించి

త్కర్మవై దిశమ్।

కుర్వ నిష్ప్రస్తు మోహేన సరకా పతతి ధృవమ్॥

ఏ కారణముచేగాని రుద్రాక్షలు మేనదాల్చక, స్నానము, దానము, జపము, హోమము, వైశ్వదేవము, దైవపూజ, ప్రాయశ్చిత్త కర్మలు, శ్రాద్ధము, దీక్షప్రవేశము, మొదలిగు వైదిక కర్మలను నిర్లక్ష్యించిన యెడల అట్టి మానవుడు నిశ్చయముగా నరకకూపములందు పడగలడు. తెలిసిగాని, తెలియకగాని రుద్రాక్షలు ధరించిన నరులు సర్వపాప వినిర్ముక్తులై శివసాన్నిధ్యము చేరగలరు.

శ్లో॥ రుద్రాక్షధారణం సాక్షా చ్ఛిషజ్ఞాన స్ససాధనమ్।

రుద్రాక్షం య చ్ఛిఖాయాం తత్తార తత్త్వ

మితిస్మరేత్॥

కర్ణయో రుభయో బ్రహ్మన్ దేవం దేవించ

భావయత్॥

యజ్ఞోపవీతే వేదాంశ్చ తథాహస్తే దిశః స్మరేత్॥

కంఠే సరస్వతీం దేవీం పావకం చాపి భావయేత్॥

సర్వాశ్రమాణాం వర్ణానాం రుద్రాక్షాణాం చ

ధారయత్॥

శిఖయందు ధరించిన రుద్రాక్ష పరతత్త్వమునకు ప్రతీక. జీవుని తరింపజేయగలవు. రెండు కర్ణముల యందలి రుద్రాక్షలు ఆత్మజ్ఞాన సాధన కర్మములగు గౌరీ రుద్రులుగా

ఖావించవలెను. యజ్ఞోపవీతమునందలి రుద్రాక్షలు శేడమంత్ర స్వరూపములు. చతుర్విధ పురుషార్థముల నొసంగగలవు. హస్తము (కరములు) లందలి రుద్రాక్షలు దిశాస్వరూపములై సర్వత్ర రక్షణ నీయగలవు. కంఠము నందలి రుద్రాక్షలు సరస్వతీ, అగ్ని స్వరూపములు. విద్యాపాండిత్య రూప రోగ్య సదాచార శ్రద్ధా సద్బుద్ధుల నొసంగును.

శ్లో॥ శ్రద్ధా న జాయతే సాక్షాద్వేదసిద్ధే ముక్తిదే॥  
 బహునారి జన్మనామంతే మహాదేవ ప్రసాదతః॥  
 రుద్రాక్ష ధారణే వాంఛా స్వభావాదేవ జాయతే।  
 రుద్రాక్షాన్యతు మాహాత్మ్యం జాబాలైరాదరేణు॥

వేదప్రసిద్ధము, ముక్తిప్రదమునగు రుద్రాక్ష ధారణము నందు ఒకేసారి మనసు నిలువదు. ఎన్నోకోట్ల జన్మల తరువాత ఆయా జన్మల యందలి పుణ్యఫల విశేషమువలన పరమేశ్వరానుగ్రహము కల్గిన వారికి మాత్రమే రుద్రాక్ష ధారణయం దాన క్తి కల్గును. అట్టి రుద్రాక్షల యొక్క మహాత్మ్యమును గురించి జాబాలి మహర్షి ప్రోక్షమగు జాబాల్యోపనిషత్ " అనేక మహత్తర విషయములను చెల్లుచున్నది. అట్టి జాబాల్యోపనిషత్ను అనేకులు మహర్షులు, తదకు ఈశ్వరుడు కూడ పఠింపుచున్నారు.

ఓం

# యజ్ఞోపవీతధారణ విధి

ఉపనయన కర్మచే యజ్ఞోపవీత ధారణ కల్గుచున్నది. ఇది గాయత్రికి ప్రతిరూపము. ఈ యజ్ఞోపవీతము ప్రతిచే నూలు వడుకబడి, ఆ నూలును మూడు పోగులుగా పురి వేసిన యెడల ఒక సూత్రము ఏర్పడగలదు. అట్టి సూత్రములు మూడు కలిపి ముడివేసిన అది ఒక యజ్ఞోపవీతము. బ్రహ్మచారులు ఒక యజ్ఞోపవీతమును ధరించవలెను. గృహస్థులు రెండు ధరించవలెను. మరియు ఉత్తరీయార్థ మొకటి అదనముగా ధరించు సంప్రదాయము కలదు. కావున గృహస్థులైన వారు 3 యజ్ఞోపవీతములు ధరించవలెను. సంప్రదాయ భేదములచే కొందరు వారి ప్రవర యందలి ఋషులెందరో, అన్ని యజ్ఞోపవీతములు ధరించుట కలదు.

యజ్ఞోపవీతములను వేదవిదులగువారు వేదపారాయణ గావింపుచు ప్రతిచే వడుకుచు తయారుచేసెదరు. అట్టి యజ్ఞోపవీతములు బహుశ్రేష్ఠమైనవి. సదాచార పరులచే వడకబడిన యజ్ఞోపవీతములు మధ్యమములు, ఆచార విహీనులచేత, హీనకులజులచేత వడుకబడినవి, యంత్రముల ద్వారా తయారుకాబడినవి, వీధి దుకాళములందు అమ్మబడు యజ్ఞోపవీతములు అధమములుగ గుర్తించవలెను. పూర్వ యజ్ఞోపవీతము జీర్ణమైనప్పుడు జాతాశౌచ, మృతాశౌచములు పొరిన

పిమ్మటను, శవమువెంట వెళ్ళి వచ్చినను, శవమును మోసినను, ఋతుమతులైన (ముట్టు) స్త్రీలను తాకినను. ప్రతదీక్షలయందు పూర్వ యజ్ఞోపవీతమును పరిత్యజించవలెను. కాబట్టి నూతన యజ్ఞోపవీతమును ధరించవలెను. ప్రేతారణములతో నిమిత్తము లేతయే ప్రతి సంవత్సరము గ్రాహణ శుక్ల పూర్ణిమనాడు నూతన యజ్ఞోపవీతమును ధరించవలెను.

## యజ్ఞోపవీతధారణ

అచమనము గావించి సంకల్పమును చేసి ఏదో శ్రీ పరమేశ్వర ముద్దిన్య పరమేశ్వర ప్రిత్యర్థం మమ గ్రౌత స్మార్త నిత్య సైమిత్తిక కర్మానుష్ఠానాచార నిత్యర్థం నూతన యజ్ఞోపవీత ధారణం కరిష్యే॥ అని అలలుచు తాత పలెను.

యజ్ఞోపవీతమునకు పసుపు రాచి, మంచును నీటిని యుంచి, ప్రాణప్రతిష్ఠ యొనర్చవలెను. అనగా యజ్ఞోపవీతముపై తన కుడి హస్తమునుంచి, ఈ క్రింది మంత్రములు పఠించవలెను.

మంత్రం॥ ఓం అసుసేతే పునరస్మా మహిమ మహా ప్రాణ  
మహిమోధేహి హరిం హృదయే హృదయే హృదయే  
ముచ్చరంత మనుమతే మనుమతే మనుమతే॥  
అమృతం ప్రోక్షామ అమృతం ప్రోక్షామ అమృతం ప్రోక్షామ  
యథాస్థాన ముపహృతం॥

ప్రాణ, ఇహప్రాణ, జీవ, ఇహ జీవ ఇహైవాగత్య  
అస్మిన్ సూత్రే సుఖం చిరం

తిష్ఠతు స్వాహా॥

ఓం భూర్భు వస్సువః ఓం తత్సవితుర్వరేణ్యం భర్గోదేవస్య  
ధీమహి

ధియోయోనః ప్రచోదయాత్ ॥ (ఈ గాయత్రీ మంత్రము  
పథిమార్లు ఉచ్చరించిన పిమ్మట తిరిగి ఆచమనము గావించి,  
ఒక యజ్ఞోపవీతమును ఈ క్రింది మంత్రమును స్మరింపుచు  
ధరించవలెను.)

మేం॥ ఓం యజ్ఞోపవీతం పరమం పవిత్రం॥

ప్రజాపతేర్య ససహజం

పురస్తాత్ ఆయుష్య మగ్రియం ప్రతి ముద్భు

శుభం॥

యజ్ఞోపవీతం బలమస్తు తేజః॥

(మంత్రస్వరములు తెలుసుకొనవలెను)

తిరిగి ఆచమనము చేసి, పై విధముగనే రెండవ యజ్ఞోప  
వీతమును, మరల ఆచమనము చేసి, మూడవ యజ్ఞోపవీత  
మును ధరించి, స్మృత్యాచమనము గావించి; గాయత్రీ  
మంత్రమును యథాశక్తి జపించిన తరువాత పూర్వము గల  
ప్రాతది యజ్ఞోపవీతమును ఈ క్రింది మంత్రమును  
స్మరింపుచు తీసివేయవలెను.

శ్లో॥ ఉపవీతం భిన్నతంతుం జీర్ణం తక్మల దూషితం॥

విస్మజామి యశో బ్రహ్మ వర్షో దీర్ఘాయురస్తు మే॥



యజ్ఞోపవీతం హుత జీర్ణ వంతం।

వేదాంత వేద్యం పరబ్రహ్మ రూపం।

జీర్ణోపవీతం విసృజస్తు తేజః। తీసివేసిన యజ్ఞోపవీతమును నీటిచే తడిపి, కనుల కద్దుకొని, ఎవ్వరును త్రొక్కని చోట నుంచవలెను. తిరిగి ఆచమనము చేయవలెను.

## గురుధ్యానమ్

॥ గురుర్బ్రహ్మ గురుర్విష్ణు గురుర్దేవో మహేశ్వరః।

గురు సాక్షాత్పరబ్రహ్మ తస్మై శ్రీ గురవే నమః॥

అఖిణ్ణ మణ్ణలాకారం వ్యాప్తం యేన చరాచరం.

అత్పదం దర్శితం యేన తస్మై శ్రీగురవే నమః॥

సచ్చిదానంద రూపాయ శక్కురాయ మహాత్మనే।

తైవల్య కలనా తల్పతరవే గురవే నమః॥

ఓం నమో బ్రహ్మ వీద్యో బ్రహ్మవిద్యా సంప్రదాయ

కర్తృభ్యో వంశముషీభ్యోనమో గురుభ్యః॥ ఓం పరమేశ్వ

గురుభ్యోనమః॥ ఓం పరమ గురుభ్యోనమః॥ ఓం గురుభ్యో

నమః॥ (అజ్ఞానమనే తమస్సును పారద్రోలుటకు... అట్లు

అజ్ఞానమనే జ్యోతిని వెలిగించువాడు గురువు! అట్టి గురు

చరణములను స్మరించుట మంగళదాయకము. అవ్యాత్యక్త

కర్మారంభములందు ఈ గురుధ్యానము అవశ్య

మాచరణీయము.)

# సూర్యనమస్కారములు

సూ ర్య మం తం

ఓం భాస్కరాయ విద్మహే మహద్భ్యుతికరాయ

ధీమహి

తన్నో ఆదిత్యః ప్రచోదయాత్॥

(యథాశక్తి జపించవలెను. పిమ్మట సూర్యాభిముఖులై యుండి, సూర్య నమస్కారములు గావించవలెను. ప్రతిదినము 24 నమస్కారము రానర్చుట మంచిది.)

శ్లో॥ వినతా తనయో దేవః కర్మసాక్షీ సురేశ్వరః।

సప్తాశ్వ స్సప్తరజ్జుశ్చ అరుణోమే ప్రసీదతు॥

మిత్ర, రవి, సూర్య, భాను, ఖగ, పూష, హిరణ్య  
గర్భ, మరీచ।

ఆదిత్య, సమిత్ర, అర్క భాస్కరేభ్యోనమః

ప్రదక్షిణ నమస్కారం సమర్పయామి॥

(ఈ ప్రకారం పఠింపుచు ప్రతిమారు ప్రదక్షిణము గావించి, సాష్టాంగ నమస్కార మొనర్పవలెను.)

అ ర్చ్యం

శ్లో॥ నమ స్పవిత్రే జగదేక చక్షుషే।

జగత్ప్రసూతి స్థితినాశహేతవే॥

త్రయీమయాయ త్రిగుణాత్మధారిణే।

వీరించి నారాయణ శంకరాత్మనే॥

శ్రీఉషా సంజ్ఞా ఛాయా సమేత సూర్యనారాయణ  
పరబ్రహ్మణే నమః ఇద మర్ఘ్యం సమర్పయామి॥

(నోసిలి నిండుగా జలములు గైతాని పై విభముగ పడింపుడు  
మూడుమార్లు అర్ఘ్య మొసంగవలెను.)

## ధ్యానం

శ్లో॥ ధేయ స్సదా నవితృమండలమధ్యవర్తి।

నారాయణ సరసిజాననసన్నివిష్టః॥

తేయూరవా నృకరకుంజుల వాన్కిరీజీ।

హరీ హిరణ్మయ వపు ర్వృత శంఖచక్రః॥

శ్లో॥ ఉదయం బ్రహ్మస్వరూపం। మధ్యాహ్నంతు  
మహేశ్వరః॥

అస్తమానే న్యయం విష్ణుః। త్రిమూర్తి శ్చ దివాకరః॥

(ప్రతిదినము సూర్యనమస్కారము రానట్లుట నల్ల ఆకాశ్య  
భాగ్యములు, యశస్సంపదలు ప్రాప్తింపగలవు. ఇది యు విధానము.)

# ఆచారముఖ్యాంశములు

## వివరణ

1. నిత్యనైమిత్తిక కర్మలయందు ఆచమన దేవములు  
మూడు గలవు. అందు 1) క్షుత్తాచమనము శ్రాతా  
చమనము 2) స్మృత్యాచమనము. 3) జ్ఞానాచ  
మనము. పీనిని వివరముగా వివరించుట ఇంక  
తెలియవలెను.)

2. పీటపై కూర్చుండి, పాదములు నేలమీదనుంచి, మోకాళ్ళలోపల చేతుల నుంచి, ఆచమనము చేయవలెను. ఇతర విధములుగా చేయరాదు !
3. ఆచమనము చేయునప్పుడు కుడిచేతి ఉంగరపు వ్రేలికి సువర్ణ పవిత్రము (దర్శముడి ఉంగరము) గాని, దర్శలచే చేయబడిన పవిత్రముగాని యుండవలెను. అట్లుగాక ఆచమన మొనర్చరాదు !
4. కౌపినయుతముగా వస్త్రము ధరించి, సిగ (జుట్టు) ముడి వైచుకొని, జందెము ఎడమ భుజముపై నుండు నట్లుగా (ఉపవీతిగా) నుండి, శరీర వికారములులేక, మౌనియై; ఏకాగ్రచిత్తముతో ఆచమనము గావింపవలెనని ధర్మములు చెల్లుచున్నవి.
5. తడివస్త్రములు ధరించియు, గోచీ లేకుండగను, జుట్టు విరియబోసికొనియు, నిలువబడియు, భస్మమును లేక జలతిలకమును ధరింపకుండగను; ఆచమనము గావించిన నరకము కలును.
6. అరచేతిని గోకర్ణాకృతిగనుంచి, అందు మినపగింజమునుగుసంతటి జలమును గైకొని, ఆచమనము చేయవలెను. అంతకు హేచ్చుతగ్గులున్న ఆ జలము సురాపానముతో సమమగును.
7. శ్వాసను, జీవశక్తిని ఒక పరిమితిలో నియమించుటయే ప్రాణాయామ మనబడును.
8. బైటిగాలిని లోపలికి పీల్చుట - పూరకము, పీల్చిన

గాలిని లోపల బంధించియుంచుట. కుంభకము. దీనిని లోపలిగాలిని బైటికి వదలుట. రేచకము !

9. ప్రాణాయామ మొనర్చునప్పుడు శిరస్సు, కంఠము, వెన్నుపూస నిటారుగా నుండవలెను. కేటన్ ప్రాణాయామము సంభవించు అవకాశము కలదు.

10. ప్రాణాయామము చేయక ఆచరించు కర్మలు ఫలింపనేరవు !

## II. సంకల్పము

అ) మహాసంకల్పము : దీనిని కన్మాచానాది విశేష కర్మల యందు పఠింతురు.

ఆ) ప్రధాన సంకల్పము : కర్మారంభమునందు ఆ కర్మ యొక్క స్వరూప స్వభావములు, కర్త, కర్తృ, క్రియలు మొదలగునవి నూచించబడుచు పఠించునది.

ఇ) లఘు సంకల్పము : ఒకే కర్మయందు కలుగు విభిన్నము లగు ఇతర ఉపకర్మల నుద్దేశించి పఠించునది.

12. ప్రాతఃకాలమునందు శరీర ఘర్షితై స్నానముచేసింప వలెను. ఈ ప్రాతః స్నానము చేయుచు యెవరి సంధ్యా జప హోమాది కర్మము లాచరించుట కనర్హుడు.

13. ప్రవాహ జలములందు (నదులు) స్నానమునర్హుల ఉత్తమము. చెరువులు, దేవకీర్ణములు (చోరకీర్ణ) యందు స్నానము మధ్యమము. కాషాయ, పచ్చిది

యంవలి నీటిచే స్నానము అధమము. భాండములందలి నీటిచే స్నానమొనర్చుట అధమాధమము.

14. బ్రహ్మచారులు దినమున కొక్కమారు, వానప్రస్థులు రెండుమార్లు (ఉదయం, సాయంకాలం), గృహస్థులు మూడుసార్లు (ఉద॥ మధ్యా॥ సాయం॥) స్నాన మాచరించవలెను.
15. గృహస్థు ఉదయం దేవతల ప్రీతి కొరకు, మధ్యాహ్నం పితృ ప్రీతికొరకు, సాయంకాలం ఆయుర్వృద్ధి కొరకు స్నానమాచరించవలెను.
16. నాభి (బొడ్డు) తోతుగల జలములందు నిలచి, పంచాంగములతో కూడిన స్నానము చేయవలెను.  
1) సంకల్పము 2) సూక్తపఠనము 3) మార్జనము 4) అఘమర్షణము 5) దేవాది తర్పణము అనునవి పంచాంగములు.
17. ప్రవాహమున కెదురుగా నిలచి ప్రాతః స్నానము, సూర్యుని కెదురు నిలచి మధ్యాహ్న స్నానము, తూర్పు-ఉత్తర ముఖములు కల్గి రాత్రి స్నానము నాచరింపవలెను.
18. వ్యాధి పీడితులగు వారికి, జీవసత్త్వము లుడిగి, అశక్తులై యున్నవారికి ఈ నియమములతో పనిలేదు. వారు యథాశక్తి యథా సంభవమగు స్నానము గావింప వచ్చును!



19. దశవిధ స్నానములు తెలుపబడినవి :

అ) నదీజల స్నానము.

ఆ) మంత్ర స్నానము : మార్జన మంత్రములచే మార్జన జరుపుకొనుట.

ఇ) పార్థివస్నానము : పవిత్ర ప్రదేశము లందలె ముక్తలను దేహమునకు పూసికొనుట.

ఈ) ఆగ్నేయ స్నానము : “త్రాయుషం జమదగ్నేః” అను మంత్రములచే భస్మమును ఒడలినిండా పూసికొనుట.

ఉ) వాయవ్యస్నానము : గోవుల గిట్టలచే తెలుపబడిన మార్గం ఒడలికి పూసికొనుట.

ఊ) దివ్యస్నానము : ఉత్తరాయణంలో ఉండి వాయు చున్నప్పుడు వర్షము కురిసిన యెడల ఆ వర్షమునందు స్నానమాచరించుట.

ఋ) సారస్వత స్నానము : వేదవేత్తలగు పండితులచే “నీవు స్నాతుడవైతివి!” అని చెప్పబడుట.

౯) మానస స్నానము : నిర్మల చిత్తముతో భగవంతుని ధ్యానించుట.

౧౦) ధ్యాన స్నానము : విష్ణు లేక బ్రహ్మచోదయముచే గాని, తులసి మిత్రతజలములచేగాని ప్రోక్షించుకొనుట.

౧౧) కపిల స్నానము : తడినక్కడే దేహమును ఉంచుకొనుట.

20. స్నానము చేసిన వత్తముతో దేహమును ఉంచుకొని రాదు ! వేరొక వత్తమును ఉంచుకొని వెళ్ళరాదు.

21. స్నానముచేసి, బట్టలు ధరించిన తరువాత జుట్టునుండి నీరు కారిన దరిద్రహేతువు.

22. సముద్రమును యెల్ల వేళలయందు తాకకూడదు ! కేవలం పర్వదినములందు మాత్రమే సముద్రస్నాన మాచరించవలెను.

ఈ నియమము సేతుబంధనమందు లేదు.

23. స్నానానంతరము జలముచేత ఊర్ధ్వపుండ్రమును ధరించవలెను. సంధ్యయందలి అర్ఘ్య ప్రదానము తరువాత పవిత్ర మృత్తికచే ఊర్ధ్వపుండ్రమును ధరించి; ఔషాసన, హోమానంతరము భస్మధారణ చేయవలెను. భోజన సమయమందు గంధాక్షతలు, కుంకుమాదులు ధరించవలెను.

24. గృహస్థు మూడు కాలములందు భస్మమును జలయుక్తముగ ధరించవలెను. యతులు సన్యాసులు, స్త్రీలు, అన్ని వేళలయందు; గృహస్థు పర్వకాలములయందు; భస్మమును జలరహితముగ గ్రహించవలెను.

25. పగటికి, రాత్రికి మధ్యగల కాలమునకు 'సంధ్య'యని పేరు. ఈ సంధ్యయందు పాసింపబడి; నమస్కరింపబడు దేవత. "సంధ్యాదేవత".

26. సంధ్యావందనము చేయనివాడెంత పండితుడైనను అశుచిప్రదుడు ! ఆతడన్ని కర్మలకు అనర్హుడు !! సంధ్యావందన మాచరింపకచేయు ఏ కర్మయైనను ఫలితము నొసంగజాలదు. సంధ్యావందన మాచరింపని దోషము నరకమును కలిగించును !!!

27. సంధ్యా వందనమనగానేమియో తెలియనివాడు, తెలిసియు సంధ్య వార్చనివారు చందాల సమానులు! వారు మరు జన్మమందు కుక్కలై వృత్తుగలరు.

28. ప్రాతఃకాల సంధ్యావందనము : తెల్ల వాడిటకు ముందు బాగుగా నక్షత్రములు కనుపించునప్పుడు అదేమిచ వలెను. ఇది ఉత్తమ పద్ధతి! నక్షత్రములు అస్తమించు నపుడు చేయుట మధ్యమము. సూర్యోదయమైన తరువాత చేయుట అధమము.

29. మాధ్యాహ్నాత సంధ్యను. మధ్యాహ్న వాలమునకు 'పగటి మధ్యభాగము' కి గంటలు ముందుగా చేయుట మధ్యమము! మధ్యాహ్నము అయిన పిమ్మట చేయుట ఉత్తమము!! మధ్యాహ్నము వాడిన తరువాత కి గంటలకు పైన చేయుట అధమము.

30. సాయం సంధ్యను సూర్యుడు సగిరి అస్తమించు చుండగా చేయుట ఉత్తమము! సూర్యుడు అస్తమించినను నక్షత్రములు రాకముందు చేయుట మధ్యమము. నక్షత్రములు ఉదయించిన తరువాత చేయుట అధమము.

31. దేవతలు, అగ్ని, బ్రాహ్మణులు, పక్షి సంబంధించిన గొప్ప కార్యములు నిర్వహించునపుడు సంధ్యాకాలము దాటినను దోషము కలుగదు.

32. మార్గమధ్యమందు సంధ్యా సమమును నిశ్చయించి;

జలము, తగిన వసతులు లభించకున్న మానసికముగ సంధ్యావందన మొనర్చవలెను.

33. జాతశౌచ, మృతాశౌచములందు కూడ సంధ్యను మానరాదు ! అట్టి సమయములందు అర్ఘ్య ప్రదానము వరకు మంత్రములు పఠించి; తదుపరి విధానమును మానసికముగ స్మరించవలెను.
34. కాలము దాటిన పిదప సంధ్యావందనము చేయు నప్పుడు కాలాతిక్రమణ ప్రాయశ్చిత్తార్థముగా నాలుగు పర్యాయములు అర్ఘ్య మొనంగవలెను.
35. మధ్యాహ్నక స్తనంధ్యయందు “హగ్ం సశ్శుచిష” అను మంత్రమును, గాయత్రీ మంత్రమును పలికి ఒక అర్ఘ్యము, కేవల గాయత్రీ మంత్రముచే రెండర్ఘ్యముల నీయవలెను.
36. ప్రాతస్సంధ్యయందు తూర్పునకు తిరిగి నిలబడి; అర్ఘ్యమొనంగవలెను. మధ్యాహ్న కాలమునందు సూర్యాభిముఖుడై నిలబడి; అర్ఘ్యము నీయవలెను. సాయంకాలమునందు పడమర ముఖముగా చూర్చిని అర్ఘ్యము నొనంగవలెను.
37. కొందరు పండితులు మూడువేళలయందు తూర్పు ముఖముగానే అర్ఘ్యమీయవలెనని; నిర్ణయించినారు.
38. ప్రాతఃకాలమునందు అర్ఘ్యమును జలమునందు విడువ వలయును. మధ్యాహ్న సాయంకాలములందు ఉచిత మగు పాత్రయందు వదలవలెను.

39. “ఉద్యంతమంతం” అను మంత్రముచే ప్రహరీదార్శనమును నిలబడియే ఒసంగవలెను..

40. సంధ్యావస్తనమునందు అర్ఘ్య ప్రదానము. గాయత్రీ జపము, సూర్యోపస్థానము ప్రధాన తర్కలుగా నిర్దేశించబడినవి.

41. గాయత్రీ మహామంత్రమును ప్రాతఃకాలమునందు నిలబడి జపించవలెనని శాస్త్రములు చెప్పుచున్నవి. సాయంకాలములందు కూర్చుండి జపించవలెను. మధ్యాహ్న విషయము ప్రస్తావించవలసినదిగాను నిలబడి జపించుటయే ఉత్తమము.

42. సంపుటా, ఏకా, షడోంకార యను వేదములు గాయత్రీ యందు గలవు. ఇవి వర్ణాశ్రమ విహితముగ జపించుట కేర్పరుపబడినవి. ఇందు... ‘ఏక’ అనఁబడి గాయత్రీని అనగా మొదటే ప్రణవము (అం) యిది. పదవ వ్యాఖ్యాతీ త్రయములు గల్గి; మూడు వాచిములతో అలరారు గాయత్రీ మంత్రమును గృహస్థులు, బ్రహ్మచారులు జపించవలెను. ప్రణవాంతమున మంత్రము ఉతర ఆశ్రమవాసులకు చెప్పబడినది.

43. మానసిక ఉపాంశు. వాచికములను జపించు మూడు విధములు. అందు ప్రతి ఉపాంశు మొదట స్వరూప తత్త్వములను, తదర్థములను భావన చేయుచు, జపము నల్పుట మానసికము. ఇది ఉత్తమోత్తమము. మంత్రమును మనస్సునందే నిర్వచించుట

ఉత్తమము. తనకు మాత్రమే వినిపించు విధముగా...  
పెదవులు కదల్చుచు; జపించుట ఉపాంశువు.  
మధ్యమము. అందరికీ వినిపించు విధముగా మంత్రము  
నుచ్చరింపుచు జపించుట; అధమము.

44. గాయత్రీ మంత్రమును ప్రతి సంధ్యయందు గృహస్థ-  
బ్రహ్మచారులు 108 పర్యాయములు జపించవలెను.  
అవకాశము లేనప్పుడు 28 మార్లుగాని, తుదకు పది  
పర్యాయములుగాని గాయత్రిని జపించవలెను.
45. లెక్కింపకుండ మంత్రమును జపించిన నిష్ఫలము  
కాగలదు. కావున గాయత్రీ మంత్రమును కరమాలచే  
జపించవలెను. సంధ్యయందు జపించుటకు కర  
మాలయే ప్రశస్తము.
46. కుడిచేతి యందలి ఉంగరపువ్రేలి (అనామిక) మధ్య  
కణుపు, దాని క్రింది కణుపు, చిటికన వ్రేలి క్రింది,  
మధ్య, చివరి కణుపులు, ఉంగరపువ్రేలి చివరి (పైది)  
కణుపు, మధ్యవ్రేలి పైకణుపు, చూపుడు వ్రేలి పై  
కణుపు, మధ్య, క్రింది కణుపులు : ఈ పదియు కలిసి  
'కరమాల' కాగలదు.
47. గాయత్రిని కరమాలచే జపించునపుడు ఆ చేతిపై  
ఒక వస్త్రమును కప్పి; జపించవలెను.
48. ప్రాతఃకాలమందు జపమాలయగు చేతిని భృమధ్యము  
నకు సమముగాను, మధ్యాహ్నమందు హృదయము



నకు సమముగాను, సాయంకాలమందు నాఫికి సమముగాను ఉంచి జపించవలెను.

49. గాయత్రిని జపించునప్పుడు నిశ్చలత్వము, విచారిత, మౌనము చాల ముఖ్యములు.

50. గాయత్రీ జప సమయమందు - తల్లి, నలుపు వ్రాహ్మణులతో తమముడు ఆకస్మికముగా నేలించిన పనులు ముగించి మినహా మరెవ్వరితోడను మాట్లాడరాదు.

51. గాయత్రీ జప ప్రారంభమున 24 ముద్రలు, అంతిమున 8 ముద్రలు - తలపు. వీటిని ప్రవర్తించునపుడు సూచింపబడినది. వైదిక సంభ్యయము వీటిచేయునది తనిపించుటలేదు. వీటిని ప్రవర్తించునపుడు వీటిని తేదు.

52. ఊర్ధ్వపుండ్రములు (నలుపు నామములు). ప్రతిపుండ్రములు (అర్ధరేఖలు) : స్మర్తలగువారు భరించవలెను.

53. శుద్ధమైన మృత్తిక (గంగానది యందలి ఉండ్రముల్లో) చేత, నీటిచేత ఊర్ధ్వపుండ్రములు భరించవలెను.

54. భస్మముచేత త్రిపుండ్రములు భరించవలెను.

55. స్నానానంతరము జలముచేత ఊర్ధ్వపుండ్రము భరించి, సన్ధ్యావందనము ప్రారంభించి, అర్ధ ప్రవానము వరకుచేసి, తరువాత మృత్తికచేత ఊర్ధ్వపుండ్రమును భరించి, వాహనము మోమువరకును వెనుక నిర్వర్తిరించిన పిమ్మట భస్మముచేత త్రిపుండ్రమును భరించవలెను. దేవతార్చన నాదివలె చేయును.

- భోజనాత్పూర్వము గంధాక్షతధారణ గావించవలెను.  
భోజనముచేసి కుంకుమాదులు ధరించవలెను.
56. సుమంగళియగు స్త్రీకూడ భస్మమును ధరించవచ్చును.
57. గృహస్థు అగువాడు భస్మమునందు జలము కలిపి, ధరించవలెను. రాత్రి వేళలందు జలరహితముగ భస్మమును ధరించుట శ్రేష్ఠము.
58. పర్వకాలములందుకూడ గృహస్థు జలరహిత భస్మమునే ధరించవలెను.
59. స్త్రీలు, యతులు యెల్లకాలములందు జలరహిత భస్మమునే ధరించవలెను.
60. భస్మముచేత ఊర్ధ్వపుండ్రమును, మృత్తిక చేత త్రిపుండ్రమును ధరించకూడదు !
61. శ్వేతపర్ణముగల మృత్తికచే గాని, లేక గోపీచందనముచేగాని ఊర్ధ్వపుండ్రమును ధరించవలెను.
62. గృహస్థులు లలాటము, ఉదరము, హృదయము, కంఠము, పొట్టకు కుడి ప్రక్కన, ఎడమ ప్రక్కన, కుడి యెడమ బాహువులందు, ఇరుస్కంధములందు, మెడయందు, వీపునందు 'ద్వాదశస్థలములు' ఊర్ధ్వపుండ్రములు ధరించవలెను.
63. వానప్రస్థులు, బ్రహ్మచారులు మాత్రము పంచస్థలములు అనగా లలాటము, కంఠము, హృదయము, రెండు బాహువులయందును ఊర్ధ్వపుండ్రములు ధరించవలెను..

64. స్త్రీలు భృమధ్య స్థానమునందు, కంతమునందు ధరించవలెను.
65. భస్మముచే త్రిపుండ్రములు ధరించుటకు శిరము, మూర్ధ్ని, లలాటము, నేత్రములు, చెవులు, కంతము, మెడ, బాహువులు, దండలు, ముంజేతులు, మోచేతి నందులు, పక్షస్థలము, హృదయము, పొట్ట, ప్రక్కలు, బీపు అను అవయవములు యోగ్యస్థానములు.
66. రుద్రాక్షలను సర్వకాల సర్వావస్థలయందును శరీరమున ధరించవచ్చును.
67. ధరించిన రుద్రాక్షమాలలచే గాయత్రీ మొదలగు మహామంత్రములు చేయకూడదు !
68. శ్రాద్ధ కర్మలయందు మాత్రము రుద్రాక్షలు ధరింపకూడదు !
69. రుద్రాక్షలను దానమొసంగుట అనంత పుష్కలదాయకము.
70. యజ్ఞోపవీతము లేనివారు తాత్కాలికముగ తమ ఉత్తరీయమును యజ్ఞోపవీతముగ ధరించి ఆయాకర్మల నాచరించవలెను.

ఓం తత్సత్ !

---

## హనుమద్వైభవము

వెల : రు. 13-00

మారుతి మహిమలు

భక్తుల ఆపదలు తొలగించిన కథలు, షోడశోపచార  
పూజ, ఆంజనేయ దండకం, అష్టోత్తర స్తోత్రం మొ॥  
విశేషాలు గల “నిత్యపారాయణ గ్రంథము!”

---

## హనుమద్విజయము

వెల : రు. 15-00

వానర జనన గాథ, హనుమజ్జననము, విద్యా  
భ్యాసము, సుందరకాండ మరియు పరాశర సంహిత  
తోని ‘నిత్య పూజా విధానము’తో కూడియున్న  
“పారాయణ గ్రంథము”

---

## షిర్డి సాయినాథ చరిత్ర

వెల : రు. 13-00

మహిమలు, పూజలతో కూర్చిన “నిత్య పారాయణ  
గ్రంథము”

---

## స్తోత్ర ప్రభాకరము

వెల : రు. 9-00

సర్వకార్యాలు సిద్ధించి- ధనప్రాప్తి, విద్యా విజయము  
కలుగుటకు ఎల్లవారలు పఠించదగిన “మహత్తర  
స్తోత్రరాజములు!”

---

వైవాటిలో - కావలసిన పుస్తకాల ఖరీదును “జననిధి పబ్లికేషన్స్,  
తెనాలి-522 201”కి M.O. ద్వారా పంపగలరు.

---

